

Scalpelo. 2021 enero-abril; 2(1)

Carta al editor

Smartphone, la antesala del síndrome de *Text-neck*

Smartphone, the prelude to Text-Neck syndrome

Carlos Enrique Cruz Carrazana ¹  , Claudia García Carrazana ¹ , Lisandra Vázquez Carvajal ² 

¹ Universidad de Ciencias Médicas de Villa Clara. Cuba.

² Universidad de Ciencias Médicas de Ciego de Ávila. Cuba.

Correo electrónico: carloscc96@nauta.cu

Señor editor:

En la actual era digital, la humanidad ha incorporado y aceptado universalmente al smartphone como parte esencial de la vida diaria; su uso masivo se ha centrado especialmente en la población adulta joven, a quienes es frecuente observarlos dándole uso absorto mientras desarrollan sus actividades cotidianas. ¹

La empresa de Telecomunicaciones de Cuba S.A. (ETECSA) llegó el pasado 12 de agosto de 2020 a los cuatro millones de clientes con acceso a internet, a través de la red móvil, servicio que se ofrece al público solo desde 2018, según publicó Cubacel en su cuenta oficial en Twitter. La noticia evidencia el avance del proceso de informatización de la sociedad cubana. ²

El uso excesivo de dispositivos móviles representa un grave problema de salud para los jóvenes, pues la adicción a ellos y una mala postura corporal pueden conducir a provocar el llamado síndrome de *text-neck* (cuello de texto). ¹

Según datos epidemiológicos internacionales, hasta un 70% de la población confirma haber padecido cervicalgia al menos una vez en su vida. Este es un motivo de consulta

muy frecuente al servicio de Medicina del cuerpo de guardia, Traumatología y Ortopedia y consultorios médicos de familia. ³

La primera vez que se habla de *text-neck* fue en el año 2008 por Dream L. Fishman, quien acuñó este término para referirse a un cuadro de síntomas músculo-esqueléticos que aparecen tras el uso prolongado de móviles, tabletas u otros dispositivos que fuerzan la columna a adoptar una postura lesiva. ⁴

El síndrome de *text-neck* se manifiesta como: dolor cervical asociado a tensión (71,2%), cefalea (63,3%), irritabilidad (54,5%) y ansiedad (50,7%). Además, se pueden mencionar otras manifestaciones oculares como: astenopia, xeroftalmia y miopía (21%), efectos psicológicos como: irritabilidad, estrés, ansiedad y depresión (82%). La cronicidad de esta afección conlleva a desgarros musculares y degeneración osteomuscular a nivel cervical, la cual, en sus formas graves puede requerir de cirugías como discectomía anterior y artroplastia. ¹

En esta década se hace difícil evitar el uso excesivo del smartphone por lo que la prevención es la principal forma de evitar este síndrome y sus posibles secuelas. La corrección de la postura es el principal tratamiento; evitar el uso excesivo de smartphone y realizar ejercicios de calentamiento articular antes de utilizar los dispositivos son las principales medidas a tomar en cuenta para prevenir el síndrome de *text-neck*.

Conflicto de intereses

Los autores declaran no tener conflicto de intereses.

Contribución de autoría

CECC: búsqueda bibliográfica, selección de los artículos de referencia y redacción de la versión final del informe.

CGC: búsqueda bibliográfica, selección de los artículos de referencia y redacción de la versión final del informe.

Financiación

Los autores no recibieron financiación para el desarrollo del artículo.

Referencias Bibliográficas

1. Centeno-Leguía D, Samir Cubas W. Síndrome de text-neck: una nueva pandemia en la era smartphone. Rev Med Hered [Internet]. 2019 [citado 2020 Sep 26]; 30:207-208. Disponible en: <http://www.scielo.org.pe/pdf/rmh/v30n3/a15v30n3.pdf>
2. Cubadebate. Etecsa llega a los cuatro millones de clientes con a Internet desde los celulares. Cubadebate [Internet]. 2020 agosto 12; Sec. Ciencia y Tecn: 2. Disponible en: <http://www.cubadebate.cu/noticias/2020/08/12/etecsa-llega-a-los-cuatro-millones-de-clientes-con-acceso-a-internet-desde-los-celulares/>
3. Leyva-Velázquez E, García-Torres J, García-Leyva A. Radiculopatía Cervical en un paciente con ocho vértebras cervicales. Presentación de un caso. MULTIMED [Internet]. 2016 [citado 2020 Sep 26]; 20(2): [aprox. 8 p.]. Disponible en: <http://www.revmultimed.sld.cu/index.php/mtm/article/view/160>
4. Romero, I. Repercusión del uso del Smartphone sobre el organismo. Fisioonline. 2008 [Citado 2020 septiembre 26]; [3 páginas]. Disponible en: www.fisioterapia-online.com/articulos/la-osteopatia-y-la-era-digital-el-sindrome-text-neck

