



ASOCIACION
ESPAÑOLA DE
FISIOTERAPEUTAS

Fisioterapia

www.elsevier.es/ft



REVISIÓN

Escuelas de espalda en atención primaria: revisión sistemática para un enfoque biopsicosocial

H. Hernández-Lázaro^{a,*} y M.A. Cacho-del Amo^b

^a Centro de salud Soria Sur, Servicio de Salud de Castilla y León, Soria, España

^b Centro de salud de Arcos de Jalón, Servicio de salud de Castilla y León, Arcos de Jalón (Soria), España

Recibido el 8 de junio de 2017; aceptado el 1 de septiembre de 2017

PALABRAS CLAVE

Lumbalgia;
Ejercicio;
Terapia conductista;
Educación en salud;
Atención Primaria de salud

Resumen

Objetivo: Conocer los efectos de las escuelas de espalda y de sus componentes sobre la lumbalgia inespecífica.

Estrategia de búsqueda: Revisiones sistemáticas y guías clínicas que relacionen lumbalgia inespecífica con intervenciones que puedan incluirse en programas de escuela de espalda.

Selección de estudios: Trabajos sobre educación, terapia psicológica y ejercicio terapéutico o programas multicomponente, aplicados en población adulta, publicados en los últimos 5 años y escritos en castellano o inglés.

Síntesis de resultados: Evidencia incompleta para escuelas de espalda realizadas en el contexto de atención primaria. Los elementos combinados o por separado se muestran efectivos si se aplican desde un enfoque biopsicosocial.

Conclusiones: Las escuelas de espalda no dan respuesta al carácter multidimensional de la lumbalgia y han de orientarse hacia un enfoque biopsicosocial en su aplicación en atención primaria.

© 2017 Asociación Española de Fisioterapeutas. Publicado por Elsevier España, S.L.U. Todos los derechos reservados.

KEYWORDS

Low back pain;
Exercise;
Behaviour therapy;
Health education;
Primary Health Care

Back schools in Primary Health Care: A systematic review for a bio-psychosocial approach

Abstract

Objective: To determine the effects of back schools and their components on non-specific low back pain.

Search strategy: Systematic reviews and clinical guidelines linking non-specific low back pain with interventions that may be included in back school programs.

* Autor para correspondencia.

Correo electrónico: hectorhernandezlazaro@yahoo.es (H. Hernández-Lázaro).

Selection of studies: Works on education, psychological therapy and therapeutic exercise or multicomponent programs, applied in an adult population, published in the last 5 years and written in Spanish or English.

Synthesis of results: There is incomplete evidence for back schools performed in the context of Primary Care. The elements, combined or separately, are effective if applied using a bio-psychosocial approach.

Conclusions: Back schools do not respond to the multidimensional nature of low back pain and must be oriented towards a bio-psychosocial approach in its application in Primary Care.

© 2017 Asociación Española de Fisioterapeutas. Published by Elsevier España, S.L.U. All rights reserved.

Objetivo

El dolor lumbar tiene una prevalencia de hasta el 23% en países desarrollados y afectará al 84% de su población en algún momento de su vida¹. El 85% de los episodios de dolor lumbar son clasificados como inespecíficos y constituyen aproximadamente el 90% de todas las lumbalgias que se atienden en atención primaria². El curso de la lumbalgia inespecífica es benigno y suele resolverse por sí mismo en un plazo de entre 2 y 6 semanas. Sin embargo, un porcentaje de pacientes de entre el 2 y el 7% desarrollarán un dolor lumbar crónico¹. El dolor crónico presenta una tendencia al alza a nivel mundial y se ha informado que afecta ya al 20% de la población³.

El abordaje de este problema desde el sistema sanitario es complejo y existen múltiples opciones terapéuticas. Dentro del ámbito de la atención primaria, se vienen realizando programas que combinan la educación al paciente con el aprendizaje de un programa de ejercicios. Estos programas, que habitualmente se conocen como escuelas de espalda, responden a un enfoque biomédico y suelen ser llevados a cabo por fisioterapeutas.

La presente revisión sistemática tiene los siguientes objetivos:

- Conocer los efectos de las escuelas de espalda sobre la lumbalgia inespecífica en la población adulta.
- Determinar los beneficios potenciales que el enfoque biopsicosocial puede tener sobre el modelo tradicional.
- Discutir la viabilidad de este tipo de enfoque en el contexto de la atención primaria.

Estrategia de búsqueda

La presente revisión se enmarca dentro de la programación de sesiones clínicas que lleva a cabo el grupo de fisioterapeutas de atención primaria de la gerencia de asistencia sanitaria de Soria. Uno de los propósitos de estas sesiones es incorporar la evidencia científica disponible a las intervenciones sanitarias realizadas en las unidades de fisioterapia de dicha gerencia.

Criterios de elegibilidad

Los estudios seleccionados se limitarán a revisiones sistemáticas y guías de práctica clínica sobre dolor lumbar. Los autores consideran este tipo de estudios como los más adecuados para la toma de decisiones clínicas, especialmente si se tiene en cuenta que las conclusiones que pudieran derivarse de esta revisión tienen una repercusión directa sobre la asistencia sanitaria de la población.

La población considerada corresponderá a personas diagnosticadas de dolor lumbar inespecífico. Se establece un límite de edad para incluir solo a los mayores de 16 años, sin tener en cuenta ningún otro factor sociodemográfico (sexo, raza, nivel de estudios, características culturales, etc.), ni tampoco la presencia de otras afecciones. El ámbito quedará circunscrito al que corresponde a la atención primaria de la población, excluyéndose otros contextos.

La intervención objeto de estudio es el programa de educación para la salud conocido como «escuela de la espalda». Al tratarse de un programa de múltiples componentes, se ha decidido evaluarlos también por separado, además de considerar otros elementos que pudieran ser susceptibles de inclusión en programas de este tipo. Específicamente, las intervenciones que podrán ser tenidas en cuenta son las siguientes: escuela de espalda, educación para la salud, terapia psicológica sobre el comportamiento y ejercicio terapéutico.

Los estudios habrán de seleccionar algún tipo de control para comparar las intervenciones anteriores. Podrán incluirse aquellos que utilicen alguna intervención de control inactivo (placebo, lista de espera y cuidados habituales) o activo (modalidades genéricas de fisioterapia). Con ello, se pretende obtener información sobre la eficacia de la intervención en sí misma o en comparación con otros tratamientos de fisioterapia habituales.

Para ser incluidos en la selección, los estudios habrán de utilizar algún tipo de medición de los resultados. Los resultados que se han considerado relevantes son la severidad del dolor, el grado de discapacidad, la presencia de sufrimiento psicológico y la ocurrencia de eventos adversos relacionados con alguna de las intervenciones. Se tendrá en cuenta su variación a corto, medio y largo plazo, siempre que los estudios seleccionados hayan realizado el seguimiento

Download English Version:

<https://daneshyari.com/en/article/8558718>

Download Persian Version:

<https://daneshyari.com/article/8558718>

[Daneshyari.com](https://daneshyari.com)