

# Dolor Lumbar Persistente: Efecto del Tratamiento y Modificadores del Efecto

*Los resultados del presente metanálisis con los datos individuales de 3514 enfermos de 27 estudios clínicos controlados y aleatorizados podrían ser de utilidad para la adaptación de las intervenciones con actividad física a distintos subgrupos de pacientes con dolor lumbar persistente.*



**Fuente:** British Journal of Sports Medicine, bjsports-2019-101205

**Título original:** Exercise Treatment Effect Modifiers in Persistent Low Back Pain: An Individual Participant Data Meta-Analysis of 3514 Participants From 27 Randomised Controlled Trials

**Autores:** Hayden J y colaboradores

**Institución:** Dalhousie University, Halifax, Canadá

## Introducción

El dolor lumbar es una de las principales causas de incapacidad en todo el mundo y se asocia con consecuencias muy desfavorables para los sistemas de salud; la mayor parte de los recursos sanitarios asignados al dolor lumbar se vinculan con la atención de enfermos con dolor lumbar persistente (DLP). La prevalencia y los costos asociados del DLP están en aumento.

La terapia física es ampliamente recomendada en los pacientes con DLP; se comprobó que es una de las diversas intervenciones con eficacia moderada para la reducción del dolor y la mejoría funcional.

La identificación de los subgrupos de enfermos con más posibilidades de beneficiarse con el tratamiento, y de los posibles modificadores del efecto del tratamiento (moderadores) son objetivos primordiales en salud. Hasta la fecha, sin embargo, los sistemas para la clasificación de los enfermos con DLP son difíciles de aplicar en la práctica diaria, y la mayoría de los estudios realizados con pacientes con DLP no fueron diseñados para la detección de los factores que potencialmente modifican el efecto del tratamiento.

En una revisión Cochrane previa realizada por los autores se demostró que la terapia con actividad física es eficaz para reducir el dolor y mejorar la función en adultos con DLP; sin embargo, en el estudio se evaluaron los datos agrupados de los enfermos y los efectos terapéuticos. Los metanálisis con los datos individuales de los pacientes

permiten obtener estimaciones más confiables de los efectos diferenciales de las terapias en un amplio espectro de subgrupos de pacientes, de modo que es posible identificar cuáles son las características individuales capaces de afectar los beneficios de la intervención.

El principal objetivo del presente estudio fue determinar los efectos de la terapia con actividad física en pacientes con DLP, en términos de la reducción del dolor y la mejoría funcional, como también identificar los moderadores del efecto terapéutico. El propósito final fue definir aquellos enfermos con DLP que tienen más posibilidades de beneficiarse a partir del tratamiento con ejercicio.

### **Métodos**

Se identificaron estudios realizados con sujetos de 18 años o más con DLP (más de 12 semanas de duración) inespecífico, presente sólo como dolor lumbar o en combinación con dolor en la pierna. Para conocer el riesgo de sesgo se aplicaron las *Cochrane Back and Neck Methods Guidelines*. Los criterios principales de valoración fueron la intensidad del dolor, y las limitaciones funcionales relacionadas con el dolor lumbar, valoradas como variables continuas. También se analizó la recuperación global como variable dicotómica, es decir mejoría respecto de los valores basales en 30% o más, con un valor mínimo de 20 puntos en la escala de 100 puntos de dolor, y de 10 puntos como mínimo, en la escala de 100 puntos de mejoría de la función. Los efectos del tratamiento se analizaron en el corto plazo (3 meses), a mediano plazo (6 meses) y a largo plazo (12 meses). Los posibles modificadores del efecto del tratamiento se identificaron a partir de los datos disponibles sobre los posibles mecanismos involucrados (sustento biológico) y el pronóstico, entre ellos la edad, el sexo, el nivel educativo, el hábito de fumar, la actividad física, el índice de masa corporal (IMC), los antecedentes de dolor lumbar, el tipo de trabajo, la demanda física importante en el trabajo, la salud global, la salud mental general, el sostén social, la duración del dolor lumbar, las características basales del dolor y de las limitaciones funcionales, los síntomas en las extremidades inferiores y los fármacos utilizados para el alivio del DLP. Se realizaron análisis descriptivos y metanálisis con los datos individuales de los pacientes, con modelos de regresión de efectos mixtos.

### **Resultados**

Se analizaron los datos individuales de 3514 enfermos incluidos en 27 ensayos. En comparación con ningún tratamiento o con las intervenciones convencionales, la terapia con ejercicio redujo el dolor (efecto promedio/100: -10.7; intervalo de confianza del 95% [IC 95%]: -14.1 a -7.4), un efecto compatible con un efecto mínimo clínicamente relevante de 20%. La actividad física también redujo las limitaciones funcionales, con mejoría clínicamente importante de 23% (efecto promedio/100: -10.2; IC 95%: -13.2 a -7.3) en el corto plazo.

La falta de demanda física importante en el trabajo y la utilización de medicación para el DLP fueron posibles moderadores del efecto del tratamiento; estos factores se asociaron con superioridad de la intervención, en comparación con las intervenciones sin ejercicios. El IMC bajo también se asoció con mejor respuesta al tratamiento con ejercicio físico, respecto de la intervención sin ejercicio físico.

### **Conclusión**

Los pacientes con DLP constituyen un grupo heterogéneo de enfermos, para quienes el tratamiento es particularmente problemático. Se requieren bases de datos más amplias para poder determinar con confiabilidad los factores moderados del efecto de la intervención con determinados tipos de ejercicio físico, por ejemplo yoga y ejercicio aeróbico. Los factores identificados en el presente metanálisis deben ser confirmados en estudios futuros, realizados en múltiples centros, de modo que se puedan incluir cantidades importantes de pacientes. De esta forma se podrían identificar las intervenciones más útiles para subgrupos particulares de pacientes con DLP.

Copyright © Sociedad Iberoamericana de Información Científica (SIIC), 2020