



**Biblioteca  
Cochrane**

Base de Datos **Cochrane** de Revisiones Sistemáticas

## Ejercicios de control motor para el dolor lumbar agudo inespecífico (Revisión)

Macedo LG, Saragiotto BT, Yamato TP, Costa LOP, Menezes Costa LC, Ostelo RWJG, Maher CG

Macedo LG, Saragiotto BT, Yamato TP, Costa LOP, Menezes Costa LC, Ostelo RWJG, Maher CG.  
Motor control exercise for acute non-specific low back pain  
(Ejercicios de control motor para el dolor lumbar agudo inespecífico).  
*Cochrane Database of Systematic Reviews* 2016, Issue 2. Art. No.: CD012085.  
DOI: [10.1002/14651858.CD012085](https://doi.org/10.1002/14651858.CD012085).

[www.cochranelibrary.com/es](http://www.cochranelibrary.com/es)

[Revisión de intervención]

# Ejercicios de control motor para el dolor lumbar agudo inespecífico

Luciana G Macedo<sup>1</sup>, Bruno T Saragiotto<sup>2</sup>, Tiê P Yamato<sup>2</sup>, Leonardo OP Costa<sup>3</sup>, Luciola C Menezes Costa<sup>3</sup>, Raymond WJG Ostelo<sup>4</sup>, Christopher G Maher<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Glen Sather Sports Medicine Clinic, Faculty of Rehabilitation Medicine, University of Alberta, Edmonton, Canada. <sup>2</sup>Musculoskeletal Division, The George Institute for Global Health, Sydney Medical School, The University of Sydney, Sydney, Australia. <sup>3</sup>Masters and Doctoral Programs in Physical Therapy, Universidade Cidade de São Paulo, São Paulo, Brazil. <sup>4</sup>Department of Health Sciences, EMGO+ Institute for Health and Care Research, VU University Amsterdam, Amsterdam, Netherlands

**Contacto:** Bruno T Saragiotto, Musculoskeletal Division, The George Institute for Global Health, Sydney Medical School, The University of Sydney, Sydney, Australia. [bruno.saragiotto@gmail.com](mailto:bruno.saragiotto@gmail.com).

**Grupo Editorial:** Grupo Cochrane de Espalda y Cuello.

**Estado y fecha de publicación:** Nueva, publicada en el número 2, 2016.

**Referencia:** Macedo LG, Saragiotto BT, Yamato TP, Costa LOP, Menezes Costa LC, Ostelo RWJG, Maher CG. Motor control exercise for acute non-specific low back pain (Ejercicios de control motor para el dolor lumbar agudo inespecífico). *Cochrane Database of Systematic Reviews* 2016, Issue 2. Art. No.: CD012085. DOI: [10.1002/14651858.CD012085](https://doi.org/10.1002/14651858.CD012085).

Copyright © 2016 The Cochrane Collaboration. Publicada por John Wiley & Sons, Ltd.

## RESUMEN

### Antecedentes

Los profesionales sanitarios en todo el mundo utilizan los ejercicios de control motor (ECM) como un tratamiento habitual para el dolor lumbar (DL). Sin embargo, la efectividad de esta intervención para el DL agudo todavía no está clara.

### Objetivos

Evaluar la efectividad de los ECM en pacientes con DL agudo inespecífico.

### Métodos de búsqueda

Se realizaron búsquedas en MEDLINE, EMBASE, Registro Cochrane Central de Ensayos Controlados (Cochrane Central Register of Controlled Trials, CENTRAL), en otras cuatro bases de datos y en dos registros de ensayos, desde su inicio hasta abril 2015, se rastrearon las citas y se hizo un seguimiento de las listas de referencias. No hubo limitaciones de idioma o estado de publicación.

### Criterios de selección

Se incluyeron solamente los ensayos controlados aleatorios (ECA) que examinaron la efectividad de los ECM en pacientes con DL agudo inespecífico. Se consideraron los ensayos que compararon ECM versus ningún tratamiento, versus otro tipo de tratamiento o agregado como un suplemento a otras intervenciones. Los resultados primarios fueron la intensidad del dolor y la discapacidad. Los resultados secundarios fueron función, calidad de vida y recurrencia.

### Obtención y análisis de los datos

Dos autores de la revisión examinaron los estudios potencialmente elegibles, evaluaron el riesgo de sesgo y extrajeron los datos. Un tercer autor de la revisión independiente resolvió los desacuerdos. Se examinaron los ECM en las siguientes comparaciones: (1) ECM versus tratamiento de manipulación espinal; (2) ECM versus otros ejercicios; y (3) ECM como un suplemento al tratamiento médico. Se utilizó el enfoque GRADE (Grades of Recommendation, Assessment, Development and Evaluation) para evaluar la calidad de las pruebas. Para obtener información faltante o poco clara, se estableció contacto con los autores de los estudios. Se consideraron los siguientes intervalos de seguimiento: seguimiento a corto plazo (menos de tres meses después de la asignación al azar); medio plazo (al menos tres meses pero menos de 12 meses después de la asignación al azar); y largo plazo (12 meses o más después de la asignación al azar).

## Resultados principales

Se incluyeron tres ensayos en esta revisión (n = 197 participantes). Los tamaños de muestra de los estudios variaron de 33 a 123 participantes. Pruebas de baja calidad no indican diferencias clínicamente importantes entre los ECM y el tratamiento de manipulación espinal para el dolor a corto plazo y para la discapacidad a corto plazo y largo plazo. Pruebas de baja calidad tampoco indican diferencias clínicamente importantes entre los ECM y otras formas de ejercicios en el dolor a corto o medio plazo ni en la discapacidad en el seguimiento a medio o largo plazo. Pruebas de calidad moderada no muestran diferencias clínicamente importantes entre los ECM y otras formas de ejercicios en la discapacidad en el seguimiento a corto plazo. Finalmente, pruebas de calidad muy baja indican que el agregado de ECM al tratamiento médico no proporciona mejorías clínicamente importantes en el dolor o la discapacidad en el seguimiento a corto plazo. Para la recurrencia al año, pruebas de calidad muy baja indican que los ECM y el tratamiento médico reducen el riesgo de recurrencia en el 64% en comparación con el tratamiento médico solo.

## Conclusiones de los autores

Se identificaron sólo tres ensayos pequeños que también evaluaron diferentes comparaciones; por lo tanto, no es posible establecer conclusiones firmes sobre la efectividad de los ECM para el DL agudo. Pruebas de calidad muy baja a moderada indican que los ECM no mostraron efectos beneficiosos sobre el tratamiento de manipulación espinal, otras formas de ejercicios o el tratamiento médico en la reducción del dolor y la discapacidad entre los pacientes con dolor lumbar agudo y subagudo. Todavía no está claro si los ECM pueden prevenir las recurrencias del DL.

## RESUMEN EN TÉRMINOS SENCILLOS

### Ejercicios de control motor para el dolor lumbar agudo inespecífico

#### Pregunta de la revisión

Evaluar la efectividad de los ejercicios de control motor (ECM) en los pacientes con dolor lumbar (DL) agudo inespecífico.

#### Antecedentes

El DL es un trastorno frecuente que a menudo se asocia con dolor y discapacidad. Una intervención habitual en los pacientes con DL es el tratamiento con ejercicios, y los ECM se utilizan ampliamente en estos pacientes. Sin embargo, su efectividad en los pacientes con DL agudo todavía no está clara.

#### Fecha de la búsqueda

Las pruebas están actualizadas hasta abril 2015.

#### Características de los estudios

En esta revisión se incluyeron tres ensayos que evaluaron el dolor agudo o subagudo en pacientes con DL (n = 197 participantes). En su mayoría los participantes tenían mediana edad y se reclutaron de centros de atención primaria o terciaria. La duración de los programas de tratamiento varió de cuatro a seis semanas.

#### Resultados clave

Los ECM no mostraron efectos beneficiosos sobre el tratamiento de manipulación espinal, otras formas de ejercicios o tratamiento médico para reducir el dolor o la discapacidad entre los pacientes con DL agudo y subagudo. Todavía no está claro si los ECM pueden prevenir las recurrencias del DL.

#### Calidad de la evidencia

Los resultados de esta revisión incluyen pruebas de muy baja a moderada calidad. Se disminuyó la calidad de todas las comparaciones por la imprecisión debido a los tamaños pequeños de la muestra de los estudios.