
**RECOMENDACIONES CLÍNICAS EN LA INTERVENCIÓN TERAPÉUTICA
PARA EL MANEJO DEL DOLOR LUMBAR CRÓNICO INESPECÍFICO:
UNA REVISIÓN LITERARIA**

**MARCELO ORLANDO ABARZA HERNÁNDEZ
CÉSAR ESTEBAN BARRERA DONOSO
JOSÉ DAMIÁN BRAVO GAMBOA
VÍCTOR ANTONIO HERNÁNDEZ GAETE
KINESIÓLOGO**

RESUMEN

Antecedentes: El dolor lumbar (LBP) es una afección musculoesquelética que tiene una etiopatogenia multifactorial, y que, en algunos casos, pudiese generar condiciones persistentes en su sintomatología. Existe variedad de técnicas en el abordaje terapéutico del LBP, sin embargo, no hay un consenso en la elección de la intervención. **Objetivo de la investigación:** Identificar los distintos tipos de tratamiento kinésico actuales para el abordaje del paciente con dolor lumbar crónico inespecífico y generar recomendaciones para su intervención terapéutica. **Método:** Se realizó una búsqueda en 3 bases de datos; Pubmed, Sciencedirect, Google scholar, con artículos desde enero de 2015 hasta abril del 2022. Los estudios incluidos fueron ensayos clínicos aleatorizados que aplicaban programas de ejercicios terapéuticos, uso de agentes físicos, e intervención en educación asociada al manejo del dolor. **Criterios de elegibilidad:** (I) adultos entre 18 y 85 años; (II) Signos y síntomas de dolor lumbar inespecífico; (III) Síntomas no relacionados con un incidente traumático y/o neurológico; (IV) Descripción de dolor crónico o persistente de al menos 12 semanas. **Resultados:** Se incluyeron 20 estudios, las características de los ensayos clínicos aleatorizados (ECA) fueron amplios en cuanto a duración, desde una sesión única hasta 12 semanas de intervención con seguimiento de 12 y 24 meses. Se identificaron cuatro aristas de tratamiento, las cuales fueron ejercicio terapéutico, terapia Mckenzie, fisioterapia, y educación en neurociencia del dolor. **Conclusiones:** La presente revisión basada en la evidencia científica permite guiar las intervenciones terapéuticas para pacientes sintomáticos de dolor lumbar crónico inespecífico (CBLP). Los autores no identifican ninguna terapéutica más efectiva que otra, sin embargo, cada una

puede generar cambios en las variables asociadas al dolor y funcionalidad. Por ende, puede utilizarse como asistencia para facilitar la toma de decisiones clínicas en pacientes con CBLP.

ABSTRACT

Background: Low back pain (LBP) is a musculoskeletal condition that has a multifactorial etiopathogenesis and, in some cases, could generate persistent conditions in its symptomatology. There is a variety of techniques in the therapeutic approach to LBP, however, there is no consensus in the choice of intervention. **Objective of the research:** To identify the different types of current kinesic treatment for the approach to patients with non-specific chronic low back pain and to generate recommendations for therapeutic intervention. **Method:** A search was carried out in 3 databases; Pubmed, Sciencedirect, Google scholar, with articles from January 2015 to April 2022. The included studies were randomized clinical trials applying therapeutic exercise programs, use of physical agents, and education intervention associated with pain management. **Eligibility criteria:** (I) adults between 18 and 85 years; (II) signs and symptoms of nonspecific low back pain; (III) symptoms not related to a traumatic and/or neurological incident; (IV) description of chronic or persistent pain of at least 12 weeks. **Results:** 20 studies were included, the characteristics of the randomized clinical trials (RCTs) were broad in duration, ranging from a single session to 12 weeks of intervention with 12 and 24 months follow-up. Four treatment edges were identified, which were therapeutic exercise, Mckenzie therapy, physical therapy, and pain neuroscience education. **Conclusions:** The present evidence-based review provides guidance for therapeutic interventions for symptomatic chronic non-specific low back pain (CBLP) patients. The authors do not identify any one therapy as more effective than another; however, each can generate changes in the variables associated with pain and functionality. Therefore, they can be used as an aid to facilitate clinical decision making in patients with CBLP.