

Comparación de la eficacia de los tratamientos sin cirugía de la estenosis del canal lumbar para reducir el dolor y mejorar la capacidad para caminar

Investigador principal

Dr. Michael J. Schneider

Organización

University of Pittsburgh

¿Cuál fue el tema de la investigación?

La estenosis del canal lumbar es un problema de salud común en adultos mayores. El espacio entre las vértebras de quienes tienen este problema se reduce. Este estrechamiento, o estenosis, puede llegar a presionar los nervios de la parte baja de la espalda, lo cual puede causar dolor y dificultad para caminar. Los médicos con frecuencia recomiendan una operación de la columna vertebral para mejorar los síntomas. Sin embargo, muchas personas prefieren evitar la operación si es posible.

En este estudio, el equipo de investigación quería saber si los tratamientos que no implican una operación mejoraban los síntomas de los pacientes. Los investigadores compararon tres tipos de tratamiento: medicamentos para el dolor, clases de ejercicios en grupo y medicina quiropráctica combinada con fisioterapia.

¿Cuáles fueron los resultados?

- Dos meses después del inicio del estudio, los pacientes de los tres grupos dijeron que el dolor y la capacidad física habían mejorado. En comparación con los pacientes que hicieron ejercicio o tomaron medicamentos para el dolor, el dolor de los que recibieron el tratamiento de medicina quiropráctica combinado con fisioterapia mejoró más. Los pacientes que hicieron ejercicio y los que usaron medicamentos para el dolor

mostraron el mismo alivio del dolor. Los tres grupos mostraron la misma mejoría en su capacidad para caminar.

- Seis meses después de haberse iniciado el estudio, los tres grupos mostraron la misma mejoría en el dolor y en la capacidad para caminar.
- A los dos meses de haberse iniciado el estudio, los pacientes que hicieron ejercicio estaban más activos diariamente que los que tomaron medicamentos. Sin embargo, a los seis meses, cuando el equipo de investigación volvió a examinar la actividad diaria notó que estas mejorías no habían durado.

¿Quiénes tomaron parte en el estudio?

En el estudio participaron 259 pacientes con estenosis del canal lumbar que les provocaba dificultad para caminar. Para participar en el estudio, los pacientes debían tener 60 años o más, debían poder caminar al menos 50 pies (15 metros) sin ayuda y ser capaces de hacer ejercicios ligeros. Los pacientes vivían en Pittsburgh (Pensilvania). El número de hombres y de mujeres que participaron en la investigación fue casi igual. Además, el 77 % eran de raza blanca; el 22 %, afroamericanos y el 1 %, de otras razas. La edad promedio era de 72 años. Casi la mitad de los pacientes tenían un grado universitario.

¿Qué hizo el equipo de investigación?

El equipo de investigación asignó los pacientes al azar a uno de tres grupos. Cada grupo recibió tratamiento durante seis semanas. Uno de los grupos recibió medicamentos para el dolor y tuvo tres citas con el médico. El médico recetaba más medicamentos para el dolor si era necesario. Si los medicamentos no eran suficientes para calmar el dolor, el médico recetaba inyecciones de corticoesteroides. Los pacientes del segundo grupo tomaron dos clases de ejercicio en grupo a la semana en centros locales para adultos mayores. Los pacientes del tercer grupo recibieron dos tratamientos de medicina quiropráctica y fisioterapia a la semana en una clínica de salud. El equipo de investigación les dio brazaletes a todos los pacientes para medir la actividad diaria.

Un grupo integrado por médicos, directores de centros para adultos mayores y pacientes que habían tenido estenosis del canal lumbar dieron sus opiniones en cuanto al diseño del estudio.

¿Qué limitaciones tuvo el estudio?

Algunos pacientes se quitaron el brazalete porque les incomodaba. Los resultados podrían haber sido diferentes si todos los pacientes siempre hubieran tenido puesto el brazalete. La prueba de marcha solo examinó la capacidad de los pacientes para caminar en superficies planas. Es posible que los resultados no sean útiles en pacientes que tienen que caminar cuesta arriba o subir escaleras.

En investigaciones futuras se podrían probar combinaciones de los tratamientos de este estudio. Además, se podría examinar el efecto de estos tratamientos durante un periodo más largo.

¿Cómo se pueden usar los resultados?

Los médicos pueden usar los resultados de este estudio para ayudar a los pacientes a tomar decisiones sobre el tratamiento de la estenosis del canal lumbar.

Si desea más información sobre este proyecto, visite pcori.org/Schneider075.