

# Nuevo estándar para la fisioterapia del dolor lumbar

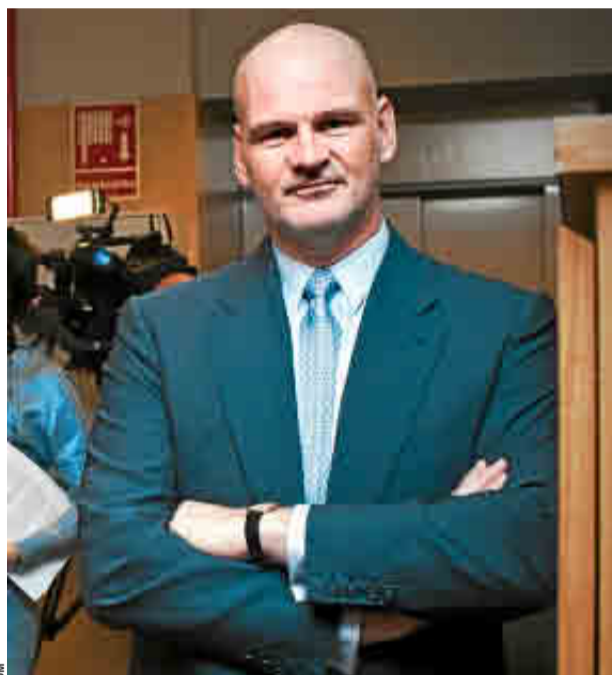
Una sesión educativa grupal junto a fisioterapia GDS demuestra ser más eficaz que el tratamiento rutinario del SNS, según un estudio en 'Physical Therapy'

MADRID  
**ISABEL GALLARDO PONCE**  
igallardo@diariomedico.com

Combinar una sesión educativa que incluya el manejo activo del dolor de espalda con una sesión colectiva de la técnica fisioterapéutica GDS ha demostrado mejorar los resultados clínicos en el abordaje del dolor de espalda y requiere dedicar menos tiempo y menos recursos del sistema. Esta es la conclusión de un trabajo dirigido por Francisco Manuel Kovacs, director de la Red Española de Investigadores en Dolencias de Espalda, que se publica en *Physical Therapy*.

Por otro lado, la técnica fisioterapéutica GDS, cuyo nombre proviene de Godelieve Demus-Struyf, la profesional que la describió, parte del concepto de que la estabilidad de la columna proviene de la coordinación de seis grupos o cadenas de músculos. "Si la tensión no es la adecuada, unos grupos estarán más acortados y otros más elongados, lo que facilita que se contracturen y produzcan dolor que persiste o se repite. Con la técnica GDS se identifican las cadenas y se enseña al paciente a realizar ejercicios que restablecen el equilibrio".

El equipo de Kovacs partió de trabajos previos que



Francisco Kovacs, presidente del patronato de la Fundación Kovacs.

indican que el tratamiento habitual en el Sistema Nacional de Salud (SNS) no es el adecuado. "Se calcula que el 30 por ciento del gasto sanitario se derrocha en el uso inadecuado de tecnologías sanitarias y que hasta el 60 por ciento de las terapias que se aplican en rehabilitación en el SNS no tienen sustento científico", ha explicado Kovacs a DM.

El trabajo se realizó en 21 unidades de fisioterapia de AP del Servicio de Salud de Madrid y contó con la participación de 461 pacientes, a

los que se dividió en tres grupos. En el primero, se aplicó una sesión educativa -cuya eficacia ha sido demostrada en ensayos clínicos- y el tratamiento rutinario del SNS. Al segundo se le proporcionaron la sesión educativa y sesiones colectivas de GDS, y en el tercero se añadieron sesiones individuales de GDS.

"Los resultados demuestran que añadir GDS a la sesión educativa sí mejora los resultados con respecto a la incapacidad, pero no del dolor. Esto ya es importante.

Sin embargo, añadir sesiones individualizadas de GDS no sólo no mejora los resultados sino que los empeora", ha explicado Kovacs a DM. Este resultado, contradictorio con lo esperado, parece obedecer al hecho de que "los fisioterapeutas que impartieron las sesiones individuales sólo contaban con 40 horas de formación específica de la tecnología y eso no basta para que la apliquen bien".

Ante los resultados de este y otros trabajos, Kovacs ha insistido en que en el SNS debería aplicarse la sesión educativa junto a sesiones colectivas de GDS, ya "que requieren menos tiempo y, por tanto, menos coste. No obstante, futuros estudios deberían evaluar si una formación más intensiva de los fisioterapeutas permitiría mejorar la parte individual del tratamiento y afinar más los resultados".

El contenido de la sesión educativa consiste en una formación de 20 minutos con contenidos concretos que insisten en el manejo activo del dolor, realizando toda la actividad que este permita y evitando el reposo. De hecho, según Kovacs, otros trabajos han demostrado que la formación en higiene postural no tiene efecto en el tratamiento del dolor lumbar.

RSC

## Carrefour ayudará con 100.000 euros a niños con enfermedades raras

MADRID  
**CRISTINA PASCUAL**  
Cristina.Pascual@unidadeditorial.es

Tras la celebración del Año Carrefour de las Enfermedades Raras en 2014, la cadena de supermercados ha puesto en marcha una campaña de recaudación de fondos que pretende conseguir unos 100.000 euros, que se destinarán al desarrollo de actividades en beneficio de las asociaciones que ayudan a niños con enfermedades poco comunes y a sus familias.

Con el título de *Osos Preciosos*, la campaña organizada por la Fundación Solidaridad Carrefour ha puesto a la venta 236.000

osos de peluche a 2,90 euros.

De la venta de cada oso se obtiene un euro de beneficio que se destinará directamente a la Federación Española de Enfermedades Raras (Feder), encargada de repartir los fondos que se recauden en la campaña entre las asociaciones que presenten sus proyectos a través de las dos convocatorias públicas lanzadas por la fundación.

En 2013 Carrefour comenzó su programa de apoyo a las enfermedades raras con la campaña *Un nuco. Una esperanza*, y destinó 80.310 euros a asociaciones y familias.

## AMA y R. Madrid, juntos por los niños ingresados

MADRID  
**REDACCIÓN**  
dmredaccion@diariomedico.com

La Fundación AMA ha firmado un convenio de colaboración de cinco años para desarrollar el programa infantil de baloncesto que la Fundación Real Madrid organiza en siete hospitales. La iniciativa, que comenzó en 2008, fomenta la práctica del deporte y del baloncesto entre niños hospitalizados

de larga duración y sus familiares, siempre que sean autorizados para ello por el personal sanitario.

La actual campaña atenderá a 920 niños ingresados en los hospitales La Paz, Niño Jesús, Gregorio Marañón, Doce de Octubre, Ramón y Cajal y San Rafael -todos en Madrid- y en el Hospital General de Alicante, y se prolongará de forma automática hasta junio de 2019.

SEGUNDA EDICIÓN Curso intensivo Teórico-Práctico

## Dirección de Marketing y Comunicación digital en la Industria Farmacéutica

Madrid, 1 y 2 de junio 2015. Sede Unidad Editorial

Para más información: [www.conferenciasyformacion.com](http://www.conferenciasyformacion.com)  
91 443 53 36 - [infoconferencias@unidadeditorial.es](mailto:infoconferencias@unidadeditorial.es)

PLAZAS  
LIMITADAS



Colaboran:

**DIARIO MEDICO**

**CORREO+ FARMACEUTICO**

Asociaciones colaboradoras:

**ACIF**

**A E A P S**  
Asociación Española de Agentes de Publicidad de Salud  
LA REFERENCIA EN COMUNICACIÓN DE SALUD



**anepf**  
Autocuidado de la Salud

federación española de empresas de **fenin** TECNOLOGÍA SANITARIA