

INVESTIGACIÓN EN 750 PERSONAS

## El 76% de los usuarios de silla de ruedas padece dolor lumbar

Así lo refleja un estudio español que se publica en *Spinal Cord*.

I. G. P. | [igallardo@unidadeditorial.es](mailto:igallardo@unidadeditorial.es) | 09/03/2018 13:08

compartir    Compartir  Like 0  Twittear



*Jesús Seco, del Instituto de Biomedicina de la Universidad de León; Ana Royuela, del Instituto de Investigación Sanitaria del Hospital Puerta de Hierro; Javier Zamora, de la Unidad Bioestadística del Hospital Universitario Ramón y Cajal; Francisco Kovacs, director de Reide, y Víctor Abraira y Alfonso Muriel, de la Unidad Bioestadística del Hospital Ramón y Cajal. (DM/CF)*

El **dolor cervical, lumbar y dorsal** en usuarios permanentes de sillas de ruedas **se consideraba algo inevitable** dada la presencia de lesión medular. No obstante, un estudio iniciado a petición de los pacientes, que se publica en *Spinal Cord*, y realizado por la Red Española de Investigadores en Dolencias de Espalda (Reide), ha demostrado que no es así al analizar la prevalencia del dolor y los factores que se asocian a un mayor riesgo de que se produzca.

El trabajo multicéntrico ha contado con la participación de 750 personas que llevaban unos 10 años utilizando permanentemente una silla de ruedas y con una **media de edad de 43 años**. Según los resultados, **el 76 por ciento de la muestra sufre dolor en algún nivel de la columna vertebral** -un porcentaje mayor que el de la población deambulante-; el 56 por ciento en el cuello, el 54 por ciento en la columna dorsal y el 45 por ciento en la lumbar.

Para acometer el estudio, realizado durante 12 años con la financiación de la Fundación Kovacs, hasta su extinción, y posteriormente de la Fundación Asisa, primero hubo que **desarrollar y validar métodos y cuestionarios para poder realizar un estudio epidemiológico sobre dolencias de la espalda**.

**Sufrir dolor a cualquier nivel lumbar se asocia a ser mujer, vivir solo y usar una silla de ruedas manual**

Posteriormente **se determinó la prevalencia del dolor y los 43 factores que podrían influir en el riesgo de sufrir dolor de cuello y espalda** derivado del **uso de silla de ruedas**, que fueron seleccionados por un comité integrado por clínicos, investigadores y pacientes discapacitados de diferentes asociaciones. Los resultados muestran que padecer dolor en la columna, ya sea cervical, dorsal o lumbar, eleva el riesgo de sufrir otro de ellos, además de empeorar la calidad de vida.

### Factores de riesgo

Según ha explicado a DM Francisco Kovacs, director de Reide, experimentar dolor a cualquier nivel lumbar se asocia a **ser mujer, vivir solo y usar una silla de ruedas manual**. Según los investigadores, de la muestra más del 50 por ciento eran solteros, divorciados o viudos y vivía solo el 15 por ciento, "lo cual refleja, como hipótesis, la importancia del apoyo social en España". Además, **la asociación entre dolor y depresión rozó la significación estadística**.

**El grosor del cojín, el reestablecimiento del índice sagital y utilizar una silla eléctrica, son**

Por otro lado, hay **más riesgo de padecer** "si se ha producido una **lesión medular** tr o si se utiliza un **cojín fino** en la silla de r dolor dorsal, eleva la asociación haber pa medular traumática dorsal o presentar un **mayor índice sagital** tras la fractura. Por último, hay mayor riesgo de dolor lumbar



¿Quiere recibir la newsletter de Correo Farmacéutico?

Sí, recibir newsletter

## los únicos factores modificables

si se ha producido una lesión medular traumática dorsal o lumbar y si se mantiene cierto grado de sensibilidad.

Según Kovacs, de los factores identificados, el **grosor del cojín, el reestablecimiento del índice sagital** lo más próximo a la normalidad posible en pacientes intervenidos por lesión dorsal, y **utilizar una silla eléctrica**, son los **únicos modificables**. El siguiente paso requiere realizar estudios prospectivos para confirmar si la intervención sobre los tres factores tendrá impacto en la aparición, la intensidad y el impacto del dolor.

## Ejercicio físico

Uno de los 43 factores analizados y en el que los investigadores tenían puestas sus expectativas fue el **ejercicio físico**. Sobre él los autores apuntan a la necesidad de **realizar más estudios**, puesto que la investigación no ha podido determinar una asociación protectora sobre el dolor lumbar, como sí ocurre en población deambulante. "Los participantes hacían en conjunto muy poca actividad física, por lo que, aunque esta hubiera tenido algún efecto, no podría haberse detectado".

Jesús Seco, del [Instituto de Biomedicina de la Universidad de León](#), ha añadido que lo ideal sería **incluir el ejercicio físico como elemento fundamental en el proceso general de rehabilitación**. "No tanto actividad física, sino ejercicio programado, con movimientos repetitivos, sistematizado, periodizado y controlado". Según Seco, tras el proceso agudo sería interesante evaluar el impacto de programas de rehabilitación activa guiada por médicos del deporte y fisioterapeutas.

Pese a que los resultados del trabajo **no permiten hacer recomendaciones directas**, Kovacs ha añadido que "hasta que no haya otros estudios que las puedan hacer, tiene más sentido, por ejemplo, **recomendar a un paciente en silla de ruedas con dolor cervical que pruebe un cojín más grueso**. No porque sepamos que tiene efecto sino porque todo **apunta a que podría tenerlo**, al igual que utilizar una silla de ruedas eléctrica mejor que la manual".

De hecho, con **independencia del grado de lesión y de la afectación**, el uso de una silla de ruedas eléctrica se asocia con una reducción del riesgo de dolor de espalda. "No es causal", ha añadido Víctor Abaira, asesor científico de la [Unidad de Bioestadística del Hospital Ramón y Cajal](#).

El estudio ha sido realizado por el Instituto de Biomedicina de la Universidad de León, el [Hospital Nacional de Paraplégicos de Toledo](#), el [Instituto de Investigación Sanitaria Puerta de Hierro](#), el [Hospital Ramón y Cajal](#), el [Ciber de Epidemiología y Salud Pública](#) y la [Queen Mary University](#), de Londres, y coordinado por investigadores de la [Reide](#), del [Hospital Universitario HLA-Moncloa](#). Además, los participantes fueron pacientes atendidos en el Hospital Nacional de Paraplégicos de Toledo, en el [Centro de Referencia Estatal para la Atención a Personas con Grave Discapacidad y para la promoción de la Autonomía personal y Atención a la Dependencia](#), de San Andrés de Rabanedo, de León, y los Centros de Recuperación de Personas con Discapacidad Física, de Salamanca y Madrid.

## Noticias relacionadas



El 80% de la población padecerá dolor lumbar



Cinco síntomas permiten distinguir el dolor asociado a hernia discal



Los suplementos de vitamina D podrían ayudar a controlar el dolor



¿Quiere recibir la newsletter de Correo Farmacéutico?

Sí, recibir newsletter