

# La acupuntura sería beneficiosa para el tratamiento de la lumbalgia crónica

Acupuncture may be useful for the treatment of low back pain

Thomas K, BMJ 2006 Sep 23;333 (7569):623. Epub 2006 Sep 15.

## Objetivo

Determinar si un curso corto de acupuntura mejora los resultados a largo plazo de pacientes de atención primaria con lumbalgia crónica inespecífica y persistente.

## Diseño

Estudio aleatorizado, controlado, pragmático y abierto.

## Lugar

Tres clínicas privadas de acupuntura y 18 centros de prácticas generales, en York, Inglaterra.

## Pacientes

241 pacientes de 18 a 65 años con lumbalgia crónica inespecífica de 4 a 52 semanas de evolución.

## Intervención

Diez sesiones de acupuntura realizadas por seis acupunturistas (160 pacientes) o tratamiento usual (81 pacientes). La duración fue de tres meses y ni el investigador ni los pacientes estuvieron cegados al tratamiento.

## Medición de resultados

El resultado principal fue dolor corporal a los 12 y 24 meses medido con el cuestionario SF-36 que evalúa la auto-percepción de salud, correspondiendo el puntaje "cero" al máximo dolor y el puntaje "cien" a la ausencia de dolor. Otros resultados fueron el uso de analgésicos, el cuestionario de incapacidad de Oswestry, y la seguridad y la satisfacción del paciente. El análisis fue por intención de tratar.

## Resultados principales

Los puntajes de auto-percepción de salud fueron semejantes en ambos grupos al inicio del estudio (SF36 30,8±16,2 vs. 30,4±18). Los pacientes asignados a la rama acupuntura recibieron un promedio de 8,1 sesiones y un 50% de los de la rama "tratamiento usual" recibió fisioterapia o manipulación, con una pérdida de pacientes en ambas ramas de aproximadamente 20%. A los 24 meses los pacientes asignados a "acupuntura" tuvieron significativamente menos dolor (ver tabla 1) manifestaron utilizar menos analgésicos y tener menor preocupación por el dolor a los 24 meses, sin reporte de efectos adversos serios. El 86% de los pacientes tratados con acupuntura reportaron efecto relajante en las sesiones y el 91% volvería a recibirla.

**Tabla 1:** Diferencias de puntajes de dolor. 100 = ausencia de dolor.

	12 meses	24 meses
	Acupuntura - Usual Diferencia (IC95%)	Acupuntura - Usual Diferencia (IC95%)
Sin ajustar	5,7 (-1,4 a 12,8) (n=215)	8,2 (0,8 a 15,7) (n=182)
Ajustado por el nivel de dolor basal y por el grupo de acupunturistas	5,6 (-0,2 a 11,4) (n=213)	8 (2,8 a 13,2) (n=182)
Ajustado por la duración del dolor, las expectativas, la irradiación y el dolor basal	6 (-0,6 a 12,6) (n=212)	9 (1,8 a 16,2) (n=179)

## Conclusiones

Un curso corto de acupuntura, realizado por acupunturistas calificados parece seguro y aceptable con beneficios documentables a los 24 meses.

**Palabras clave:** acupuntura, lumbalgia.

**Key words:** acupuntura, low back pain.

**Fuente de financiamiento:** Programa de evaluación de tecnologías sanitarias del sistema Nacional de Salud británico.

## Comentario

Entre 70 y 80% de los adultos tendrá algún episodio de lumbalgia en su vida<sup>1</sup>, con una prevalencia de 15 a 20% y gran incapacidad, especialmente durante la etapa económicamente activa. Cuando persiste por más de tres meses es considerada crónica, clasificándose como inespecífica más de 85% es de los casos<sup>1</sup>. Es rebelde a los tratamientos convencionales, lo que conduce a que la población recurra a tratamientos alternativos. Una revisión Cochrane evaluó 13 tratamientos no quirúrgicos, habiendo sido uno de ellos la Acupuntura<sup>2</sup>. Hasta al momento solo existía evidencia sobre la efectividad de esta terapia en el corto plazo pero poco se sabía sobre el largo plazo<sup>3</sup>, intentando este estudio responder a este interrogante. Por ser un estudio pragmático, procura ser lo más similar posible a la práctica diaria, ajustando por posibles confundidores y por el efecto del cada acupunturista. A los 24 meses, momento en el que se detectaron diferencias significativas, había

habido una pérdida importante de pacientes, aunque similar en ambas ramas -la mayoría jóvenes y con puntajes altos de SF36- lo que no deja de ser una limitación importante. El estudio fue diseñado para detectar una diferencia mayor a diez puntos en la escala SF36 y sólo halló un beneficio de ocho a nueve puntos a los dos años, considerándose clínicamente relevante una diferencia de seis a nueve, de acuerdo a su repercusión en la calidad de la vida de las personas<sup>4</sup>.

## Conclusiones del comentador

La acupuntura realizada por un médico calificado conferiría un efecto beneficioso en el largo plazo sobre la calidad de vida de los pacientes con lumbalgia crónica.

**Ariana Cheng** [ Servicio de Medicina Familiar y Comunitaria del Hospital Italiano de Buenos Aires. ariana.cheng@hospitalitaliano.org.ar ]

Recibido el 14/11/06 y aceptado el 15/02/08.

Cheng A. La acupuntura mostró beneficios a largo plazo en el tratamiento de la lumbalgia crónica. Evid actual pract ambul. 11(1).10.Ene-Feb 2008. **Comentado de: Thomas K et al. Randomised controlled trial of a short course of traditional acupuncture compared with usual care for persistent non-specific low back pain.** BMJ. 2006 Sep 23;333 (7569):623. Epub 2006 Sep 15. PMID: 16980316.

## Referencias

1. Durante E. Lumbalgia En: PROFAM: Programa de educación a distancia de medicina familiar y ambulatoria / Esteban Rubinstein, Miguel Zarate, Paula Carrete, editores. 2da edición, Bs. As.: Fundación MF "Para el desarrollo de la medicina familiar y la atención primaria de la salud", 2001.
2. Furlan AD, et al. Acupuncture and dry-needling for low back pain: an updated systematic review within the framework of the Cochrane Collaboration. Spine 2005;30: 944-63.
3. BMJ Publishing Group. Clinical evidence. Low back pain and sciatica (chronic). Feb 2003.
4. Ware JE Jr, et al. SF-36 health survey manual and interpretation guide. Boston,.: Health Institute, New England Medical Centre, 1993.