

Març  
2015

## Ortesi en lumbàlgia mecànica inespecífica

No es recomana l'ús rutinari de faixes o suports lumbar com a tractament, prevenció primària o secundària en la lumbàlgia mecànica inespecífica.

### Resum

- La lumbàlgia és una malaltia molt freqüent entre la població adulta i és la primera causa d'incapacitat laboral entre les persones menors de 45 anys.
- Sovint es prescriuen faixes o suports lumbar per al tractament o la prevenció de la lumbàlgia inespecífica.
- No obstant això, no hi ha evidència sobre l'efectivitat d'aquests suports i, per tant, no s'haurien de fer servir de manera sistemàtica.

### Més informació

La lumbàlgia mecànica inespecífica es caracteritza per dolor a la regió lumbosacra, irradiat o no per les extremitats inferiors. El diagnòstic implica que el dolor no es deu a traumatismes, fractures ni malalties sistèmiques (afeccions neurològiques, infeccioses, neoplàsies, entre d'altres). A Catalunya, en l'àmbit de l'atenció primària, la lumbàlgia representa el 39% del total de patologies osteoarticulars ateses, essent la primera causa d'incapacitat laboral en menors de 45 anys amb una mitjana de 21,9 dies de baixa per aquest motiu.

A la pràctica clínica s'utilitzen diferents mesures farmacològiques i no farmacològiques per a la prevenció i el tractament de la lumbàlgia inespecífica. Dins de les mesures no farmacològiques s'ha descrit l'ús de faixes o suports lumbar. El seu objectiu és realitzar contenció i descàrrega sobre la zona que protegeixen i formen part de les intervencions físiques dirigides a prevenir l'inici de la lumbàlgia (prevenció primària) o episodis de recurrència (prevenció secundària) així com al seu tractament. S'han descrit efectes secundaris d'aquest tipus d'ortesi, entre els quals s'inclouen lesions cutànies, alteracions digestives, hipertensió arterial i atròfia muscular, que augmenten la seva incidència si es perllonga la durada de l'ús de faixes o suports lumbar.

Segons les guies de pràctica clínica, l'ús de suports lumbar no està recomanat per al tractament de la lumbàlgia inespecífica. Fins ara no s'ha demostrat la seva efectivitat en la prevenció primària o secundària d'aquesta patologia. Així mateix, hi ha poca evidència per suggerir que tenen algun valor terapèutic. A Catalunya, l'any 2013 es van facturar un total de 7.412 suports lumbar, representant un descens del 33,2% en comparació dels quatre anys anteriors. El 2013 la despesa estimada és d'una mica més de 750.000 euros. D'aquesta quantitat, uns 530.000 euros estan coberts pel CatSalut i la resta representa despesa per als usuaris. S'observa una elevada variabilitat en la prescripció d'ortesi entre els territoris: mentre alguns equips d'atenció primària no n'han prescrit durant el 2014, hi ha d'altres equips que n'han prescrit 4 per cada 1.000 persones assignades a l'equip.

En conclusió, atès que hi ha altres mesures efectives per a la prevenció (fisioteràpia, exercici, educació sanitària, "escoles d'esquena") i tractament (fàrmacs analgèsics, manipulacions, fisioteràpia, exercici, educació sanitària, "escoles d'esquena") de la lumbàlgia mecànica inespecífica, no es recomana utilitzar les faixes o suports lumbar en el tractament, prevenció primària o secundària perquè no hi ha prou evidència de la seva efectivitat.

## Amb la col·laboració de



## Amb el suport de



## Fonts

- Patologia de la columna lumbar en l'adult. Guies de pràctica clínica. Barcelona: Institut Català de la Salut (ICS); 2004. Disponible a: <http://www.gencat.cat/ics/professionals/guies/lumbalgies/lumbalgies.htm>.
- Knight C, Deyo R, Staiger T, Wipf J. Treatment of acute low back pain. UpToDate. 2014. [Gener 2015]. Disponible a: <http://www.uptodate.com/contents/search>.
- Guía de pràctica clínica para la lumbalgia inespecífica. Grupo Español de Trabajo del Programa Europeo COST B13, 2005. Disponible a: <http://www.reide.org/>.
- Sahar T, Cohen MJ, Ne'eman V, Kandel L, Odebiyi DO, Lev I, et al. Insoles for prevention and treatment of back pain. Cochrane Database Syst Rev. 2007 Oct 17;(4):CD005275. Disponible a: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/17943845>.
- Wegner I, Widyahening IS, van Tulder MW, Blomberg SE, de Vet HC, Brønfort G, Bouter LM, van der Heijden GJ. Traction for low-back pain with or without sciatica. Cochrane Database Syst Rev. 2013 Aug 19;8:CD003010. Disponible a: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/23959683>.
- Burton AK, Balagué F, Cardon G, Eriksen HR, Henrotin Y, Lahad A, et al. How to prevent low back pain. Best Pract Res Clin Rheumatol. 2005;19:541–55. Disponible a: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/15949775>.
- Mattila VM, Sillanpää P, Salo T, Laine HJ, Mäenpää H, Pihlajamäki H. Orthotic insoles do not prevent physical stress-induced low back pain. Eur Spine J. 2011;20(1):100-4. Disponible a: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/20602123>.
- van Middelkoop M, Rubinstein SM, Kuijpers T, Verhagen AP, Ostelo R, Koes BW, et al. A systematic review on the effectiveness of physical and rehabilitation interventions for chronic non-specific. Eur Spine J. 2011;20:19–39. Disponible a: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/20640863>.

Essencial és una iniciativa que identifica pràctiques clíniques de poc valor i promou recomanacions per tal d'evitar-ne la realització.

Si voleu rebre més informació sobre el projecte, podeu contactar amb: [essencial.salut@gencat.cat](mailto:essencial.salut@gencat.cat) o visitar el web: <http://essencialsalut.gencat.cat>