

## Proves d'imatge en el mal d'esquena (lumbàlgia)

El mal d'esquena, si no presenta signes d'alerta sobre complicacions addicionals o no supera les sis setmanes de duració, no requereix proves d'imatge



### Les proves d'imatge i el mal d'esquena

El mal d'esquena –també conegut com a lumbàlgia o dolor lumbar- és un problema de salut molt freqüent en la població catalana. Aquest problema però, en la majoria de casos millora espontàniament dins de les quatre setmanes posteriors a la seva aparició.

Si patiu de mal d'esquena, el vostre metge us farà una exploració física per obtenir un diagnòstic. Si aquesta exploració descarta qualsevol altra complicació o problema greu, el metge us prescriurà el tractament que heu de seguir.

### Per què no cal fer proves d'imatge de manera rutinària si patiu de mal d'esquena?

Si no hi ha cap sospita que el vostre dolor estigui causat per una fractura, un traumatisme o alguna altra complicació o malaltia, i el dolor no supera les sis setmanes de duració, es desaconsella inicialment la realització d'una prova d'imatge per diagnosticar el mal d'esquena.

Aquesta recomanació es fonamenta en els arguments següents:

- En la majoria de casos, els pacients amb mal d'esquena **milloren al cap d'un mes**, amb independència si se'ls realitza o no una prova d'imatge.



## Proves d'imatge en el mal d'esquena (lumbàlgia)

- Els estudis científics han demostrat que les proves d'imatge rutinàries no milloren el dolor lumbar ni modifiquen el seu tractament.
- Les proves d'imatge (radiografies, ressonància magnètica o tomografia computada) són intervencions que presenten un baix risc per a la salut però **no són totalment innòcues**.
- Cada cop que es realitza una prova d'imatge s'emeten radiacions a dosis baixes que s'acumulen en els teixits.
- En conseqüència, cal fer servir les proves d'imatge quan siguin estrictament necessàries. D'aquesta manera es limiten els possibles riscos per al pacient produïts per una utilització massa freqüent.

### Idees clau:

- Si teniu mal d'esquena, el més probable és que el dolor millori espontàniament abans d'un mes.
- Les proves d'imatge no ajuden a millorar el dolor. En conseqüència, no s'aconsella realitzar-les durant les sis primeres setmanes des de l'inici del dolor.
- Aquestes proves només estan indicades si hi ha algun signe d'alerta o complicació que pugui ser detectat pel metge.

### → Més informació:

El projecte Essencial promou recomanacions per tal d'evitar pràctiques clíniques de poc valor.

Aquesta recomanació es pot consultar a la pàgina web del Projecte Essencial: <http://essencialsalut.gencat.cat>

### → Material adicional:

Canal de diagnòstic per la imatge <http://diagnosticperlaimatge.gencat.cat>

Canal Salut > Pacients > Lumbàlgia <http://bit.ly/18eou9U>

Institut Català de la Salut > Consells per a pacients > Lumbàlgia <http://bit.ly/VajOui>

**Nota:** Aquesta fitxa és una recomanació per a l'ajuda a la presa de decisions en l'atenció sanitària. No és de compliment obligat ni substitueix el judici clínic del personal sanitari.