

Evidencia científica de la balneoterapia en el dolor de espalda

Balneotherapy for low back pain, the scientific evidence

Morer Liñan C⁽¹⁻²⁾

⁽¹⁾Thalasso Center, San Pedro del Pinatar-Murcia, España

⁽²⁾Departamento de Medicina Física y Rehabilitación. Hidrología Médica, Facultad de Medicina, Universidad Complutense de Madrid, Madrid, España
carla.morer@thalasia.com

Resumen

Objetivo: Identificar los diferentes tratamientos en el campo de la hidrología médica para el tratamiento del dolor de espalda crónico, la dolencia más prevalente en nuestro entorno, realizando una revisión sistemática de los ensayos clínicos randomizados (RCTs), pues suponen el mejor nivel de evidencia científica, analizando así los tratamientos, metodología y resultados.

Material y metodo: Búsqueda en el mes de noviembre de 2014 en la base de datos Medline utilizando los siguientes términos de entrada(MeSH): balneotherapy, spa therapy, mud therapy, hydrotherapy, mineral water. La selección de artículos se realizó en base a 3 criterios: RCT, lengua inglesa o española y estar relacionados con el dolor de espalda. Todos los estudios fueron examinados por el mismo revisor y analizados usando los 10 criterios CLEAR NTP (“checklist to evaluate a report of a nonpharmacological trial”) cuyos ítems fueron seleccionados utilizando el método Delphi para desarrollar un consenso entre 55 expertos.

Resultados: 27 artículos cumplieron los criterios de selección. De ellos, 13 corresponden a balneoterapia, 1 climatoterapia, 1 incluye el uso de peloides y 11 exclusivamente hidroterapia. 12 de los artículos fueron publicados antes de 2010. Los 15 restantes se han publicado en los últimos 4 años, sobretodo en el campo de la hidroterapia.

La heterogeneidad de los ensayos clínicos (criterios de inclusión, exclusión, número de pacientes, variables, análisis estadístico utilizado, naturaleza de los grupo control y tratamientos asociados en el grupo de tratamiento...) hace difícil cualquier conclusión definitiva.

Conclusiones: Existe un efecto beneficioso de la hidrología médica (balneoterapia, hidroterapia...) tanto en parámetros clínicos, particularmente el dolor, como en

parametros de calidad de vida en pacientes afectos de dolor de espalda crónico; pero la baja a media calidad de algunos ensayos clínicos limita las conclusiones.

Palabras clave: Balneoterapia, Peloides, Hidroterapia, Agua mineral natural, Dolor espalda

Key words: Spa Therapy, Mud Therapy, Hydrotherapy, mineral water, Low back pain

Referencias

- Bender T et al. Hydrotherapy, balneotherapy, and spa treatment in pain management. *Rheumatol Int.* 2005 Apr;25(3):220-4.
- Boutron I et al. A checklist to evaluate a report of a nonpharmacological trial (CLEAR NPT) was developed using consensus. *Journal of clinical epidemiology.* 2005; 58:1233-40.
- Falagas ME et al. The therapeutic effect of balneotherapy: evaluation of the evidence from randomised controlled trials. *Int J Clin Pract.* 2009 Jul;63(7):1068-84.
- Forestier R, Françon A. Crenobalneotherapy for limb osteoarthritis: systematic literature review and methodological analysis. *Joint Bone Spine.* 2008;75:138-48
- Kamioka H et al. Effectiveness of aquatic exercise and balneotherapy: a summary of systematic reviews based on randomized controlled trials of water immersion therapies. *J Epidemiol.* 2010;20(1):2-12.
- Pittler Mh et al. Spa therapy and balneotherapy for treating low back pain: meta-analysis of randomized trials. *Rheumatology* 2006;45:880–884
- Waller B et al. Therapeutic aquatic exercise in the treatment of low back pain: a systematic review. *Clin Rehabil.* 2009 Jan;23(1):3-14.