



"Efecto del uso de aplicaciones móviles en la calidad de vida de pacientes con dolor lumbar inespecífico."

Narvárez Mateos, María Isabel; Racero Rios, Sonia; Jiménez Ortigosa, Ana Rosa

Fisioterapeutas. Centro de Salud Cártama-Estación. SAS



INTRODUCCIÓN

El dolor lumbar (DL) es un problema de salud global significativo debido a su alta prevalencia, cronicidad y recurrencia. Esto subraya la necesidad de estrategias de manejo efectivas, que buscan empoderar a los pacientes y mejorar los resultados clínicos y la eficiencia del sistema de salud.

OBJETIVO → Resumir y sintetizar la evidencia disponible sobre el uso de aplicaciones móviles para mejorar la calidad de vida del paciente con dolor lumbar inespecífico.

MÉTODO

Se revisó la bibliografía disponible en las bases de datos *PubMed* y *PEDro*, usando los términos MeSH *Low back pain*, *Mobile Applications*, *Quality of life*.

Se incluyeron estudios controlados aleatorizados (ECA), publicados en los últimos 5 años que examinen el uso de las aplicaciones móviles para mejorar la calidad de vida del paciente con DL, publicados en cualquier idioma.

RESULTADOS

El uso de aplicaciones móviles (The Healthy Back app®, SELFBACK system y Ding Talk) ha demostrado una mejora en la calidad de vida de los participantes (EuroQoL-5 Dimension, SF-12, SF36). Sin embargo, no se han encontrado diferencias significativas en la mejora de la calidad de vida de los participantes que se sometieron a intervenciones convencionales y aquellos que recibieron la intervención basada exclusivamente en el uso de aplicaciones móviles.

La intervención con las distintas aplicaciones, si mostró diferencias significativas en la intensidad del dolor, el grado de incapacidad física o la adherencia al tratamiento.

CONCLUSIONES

Los hallazgos sugieren que las aplicaciones móviles para el manejo del DL resulta una herramienta útil. El impacto en la calidad de vida del paciente es beneficioso, aunque no resulta estadísticamente significativo.

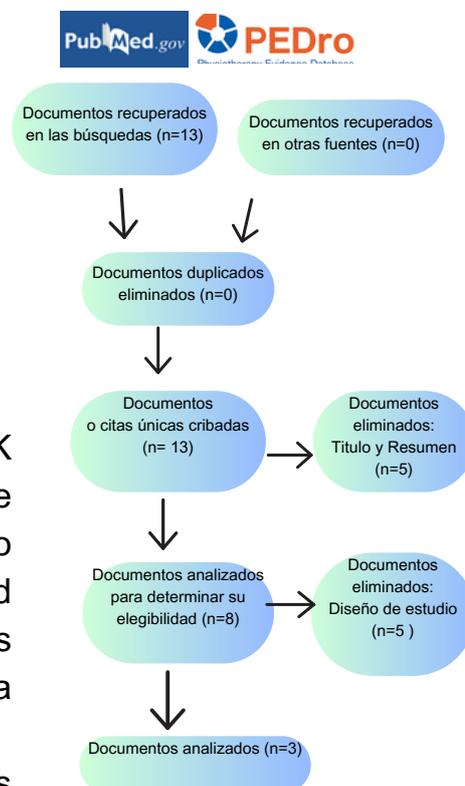


Fig. 1 Diagrama de flujo de selección de estudios.



BIBLIOGRAFÍA

- López-Marcos JJ, Díaz-Arribas MJ, Valera-Calero JA, Navarro-Santana MJ, Izquierdo-García J, Ortiz-Gutiérrez RM, et al. The Added Value of Face-to-Face Supervision to a Therapeutic Exercise-Based App in the Management of Patients with Chronic Low Back Pain: A Randomized Clinical Trial. *Sensors (Basel)*. 16 de enero de 2024;24(2):567.
- Sandal LF, Bach K, Øverås CK, Svendsen MJ, Dalager T, Stejnicher Drongstrup Jensen J, et al. Effectiveness of App-Delivered, Tailored Self-management Support for Adults With Lower Back Pain-Related Disability. *JAMA Intern Med*. octubre de 2021;181(10):1-10.
- Zheng F, Liu S, Zhang S, Yu Q, Lo WLA, Li T, et al. Does m-health-based exercise (guidance plus education) improve efficacy in patients with chronic low-back pain? A preliminary report on the intervention's significance. *Trials*. 3 de marzo de 2022;23:190.