

# PREVALENCIA DEL DOLOR DE ESPALDA EN ESCOLARES DE UN NÚCLEO RURAL DE JAÉN

Ramos Pelado, AB; Lara Gallardo, MS. Fisioterapeutas Área de Gestión Sanitaria Norte de Jaén

## INTRODUCCIÓN

El dolor de espalda provoca anualmente gastos en tratamiento médico, farmacológico y fisioterápico, así como bajas laborales. La existencia de dolor de espalda en adolescentes puede predisponer a padecerlo en la edad adulta. Algunos estudios demuestran cómo el dolor de espalda puede limitar a los escolares en la realización de determinadas actividades e incluso provocar absentismo escolar.

Es esencial identificar las causas del dolor en la niñez y adolescencia para modificar las conductas que lo provocan y evitar que éste reaparezca en la edad adulta. Se barajan variables psicológicas, sociales, antropométricas y hábitos de actividad física como las principales relacionadas con el dolor. Aprovechando el poder socializador y de asimilación de conductas que supone la escuela se impartieron charlas de higiene postural en los colegios de Jódar y Bedmar en la provincia de Jaén para conocer la prevalencia del dolor de espalda y su relación con diversas variables entre los escolares de la zona.

## MATERIAL Y METODOLOGÍA

Estudio descriptivo de corte transversal.

Se impartieron charlas educativas sobre higiene postural a alumnos entre 8 y 14 años de centros próximos y cuyos directores aceptaron la propuesta.

El tamaño de la muestra se calculó con el programa OpenEpi, utilizando un intervalo de confianza del 95% y una precisión del 0,05, previo pilotaje con 25 alumnos. Se determinó una prevalencia del dolor del 41%. El número de sujetos requerido fue de 322.

Se pasó un cuestionario anónimo previo a una charla sobre higiene postural. Se recogieron un total de 370, desechándose 18 por falta de datos o irregularidades en las respuestas, quedando 352 (dentro del tamaño muestral preciso).

El análisis estadístico se llevó a cabo con el programa R-Commander y OpenEpi

Se realizó un *análisis descriptivo univariante*:

- para la variable edad se calculó la media y desviación típica .
- para el resto una distribución de frecuencias.

Y un *análisis bivariante* para relacionar el dolor (variable dependiente) con:

- Edad estratificada
- Práctica de ejercicio físico
- Sexo
- Preferencia transporte material escolar

Se analizó mediante el test Chi-cuadrado, con un nivel de confianza del 95%

## CONCLUSIONES

De nuestro estudio, y en comparación con la bibliografía existente hasta la fecha, concluimos:

- El 71% de los alumnos encuestados dice haber sufrido dolor de espalda. No existen diferencias entre el sexo y el dolor, aunque otros estudios si revelan diferencias (puede deberse a la edad de los escolares analizados, ya que si se evidencia aumento de la prevalencia conforme aumenta la edad).

- No se evidencia relación directa del dolor con la forma de transporte del material escolar (carro o mochila) ni con la forma de llevar la mochila. Algunos estudios coinciden con nuestros datos.

- No existe relación del dolor con la práctica habitual de ejercicio físico. Algunos autores evidencian una asociación inversa cuando se práctica deportes de competición. El 20,17% de los alumnos encuestados no realiza ningún tipo de actividad física, lo que muestra la tendencia cada vez más sedentaria de la población

## OBJETIVOS

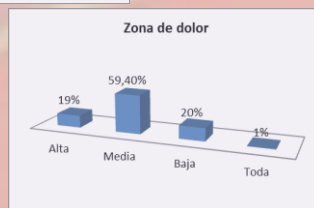
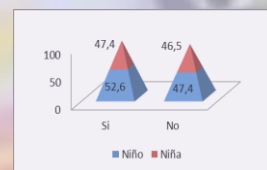
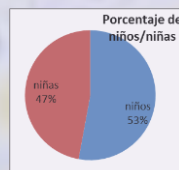
- Determinar la prevalencia del dolor en escolares de 8-14 años.
- Determinar la región dolorosa de la columna más prevalente.
- Determinar la relación entre el dolor y la práctica habitual de cualquier tipo de ejercicio físico.
- Describir la forma de transporte del material escolar preferida de los alumnos y ver si existe asociación con el dolor.

## RESULTADOS

*Edad media* 10,5 años con una desviación típica de 1,37. 184 niños (52,87%) y 164 niñas (47,13%).  $p=0,048$

### Prevalencia de dolor

250 alumnos contestaron que habían tenido dolor de espalda alguna vez (71%), frente a 102 (29%) que afirmaron no haber sufrido dolor de espalda. Sexo: niñas con dolor 47,4%; niños: 52,6%.  $p=0,88$ . La zona más prevalente fue la dorsal (59,4%).

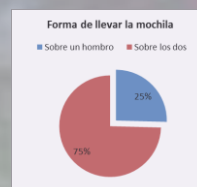
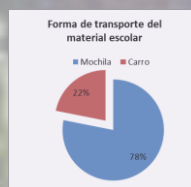


### Práctica de ejercicio físico

281 alumnos contestaron que realizaban algún tipo de ejercicio físico (79,83%)  $p=0,86$ .

### Forma de transporte del material escolar

Los alumnos prefieren la mochila frente al carro (78%)  $p=0,359$  y la llevan sobre los dos hombros (75%)  $p=0,173$ .



## Bibliografía

- Hestbaek L, Leboeuf-Y de C, Kyvik KO. Is comorbidity in adolescence a predictor for adult low backpain? A prospective study of a young population. BMC Musculoskeletal Dis. 2006;7:1471-4
- Calvo I, Gómez A, Sánchez J. Prevalencia del dolor lumbar durante la infancia y la adolescencia. Una revisión sistemática. Rev Esp Salud Pública 2012; 86: 331-356.
- Gallardo M I, Rodríguez R, Borda, A. Evaluación de la efectividad de una intervención educativa para disminuir el peso de la mochila escolar en los alumnos de 3.º y 4.º de educación primaria. Fisioterapia. 2013;35(2):58-65
- Cruz R, Molero D, Cachón J. Cuantificación y prevalencia del dolor de espalda en relación al transporte del material escolar. Rev. Iberoamericana de Educación.2013;61(3)