



Las personas mayores con lumbago tienen más riesgo de padecer depresión

El dolor agudo en la parte baja de la espalda, más conocido como lumbago, genera en el paciente limitaciones funcionales para llevar a cabo sus actividades rutinarias. A las repercusiones físicas se le suman las alteraciones psicológicas, según un equipo multínstitucional en el que participa la Universidad Complutense de Madrid y que ha demostrado la relación entre esta patología y puntuaciones de depresión en personas de edad avanzada.



El lumbago es una de las alteraciones muscoesqueléticas más comunes. / Rawpixel.com.

UCC-UCM, 26 de junio.- Pacientes ancianos con dolor lumbar subagudo tienen más probabilidades de padecer síntomas depresivos, según una investigación en la que participa, entre otras, la Universidad Complutense de Madrid (UCM).

“Esta asociación ya ha sido ampliamente estudiada, sobre todo en dolor crónico y en sujetos adultos, pero se desconocía la relación en personas mayores de edad avanzada, las cuales tienen una mayor prevalencia de alteraciones muscoesqueléticas”, aseguran Ricardo Becerro de Bengoa y David Rodríguez Sanz, investigadores de la [facultad de Enfermería, Fisioterapia y Podología](#) de la UCM y uno de los autores del estudio publicado en *Rehabilitation Nursing*.

Para llevar a cabo el estudio, los investigadores trabajaron con una muestra de 152 adultos a partir de 65 años divididos en dos grupos: pacientes con lumbalgia crónica y pacientes sin la patología.

A todos ellos se les proporcionó un cuestionario para identificar una veintena de síntomas de depresión, entre los que se incluyeron desesperanza, tendencia al suicidio, irritabilidad, concepción negativa de la propia imagen, problemas para dormir o pérdida de peso y de apetito.

El siguiente paso, avanza los investigadores, es la realización de estudios intervencionales sobre esta población. "Concretamente, la terapia física, las intervenciones psicológicas y el ejercicio terapéutico parecen ser tratamientos prometedores para reducir las puntuaciones de depresión en ancianos que padecen dolor lumbar subagudo", añaden César Calvo Lobo y Marta Elena Losa Iglesias, investigadores del Instituto de Biomedicina de la ULE y de la Universidad Rey Juan Carlos (URJC), respectivamente.

Por su parte, Patricia Palomo López, investigadora de la Universidad de Extremadura, y Daniel López López, investigador de la Universidade da Coruña (UDC), recuerdan que “desde sanidad, y especialmente desde atención primaria, se deben detectar los casos de personas de edad avanzada con lumbago en período subagudo con el fin de derivar a estos sujetos a los tratamientos o intervenciones anteriormente descritos, con el fin de evitar su cronificación e instauración en el tiempo”.

Además de la ULE y la UCM, en el estudio participan la Universidad de A Coruña, la Universidad Rey Juan Carlos, la Universidad Europea de Madrid y la Universidad de Extremadura.

Referencia bibliográfica: Calvo Lobo, C., Vilar-Fernández, J.M., Losa-Iglesias, M.E., López-López, D., Rodríguez-Sanz, D., Palomo-López, P., & Becerro-de- Bengoa-Vallejo, R. (2019). "Depression symptoms among older adults with and without subacute low back pain". *Rehabilitation Nursing*, 44. DOI: 10.1097/rnj.0000000000000137.

¿Alguna duda o sugerencia? Si quieres comentar esta información, te responderemos en nuestro correo uccucm@ucm.es o en nuestras redes sociales