

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN	8
2. OBJETIVOS	11
2.1. Objetivo General	11
2.2. Objetivos Específicos.....	11
3. METODOLOGÍA	12
3.1. Fuentes de información y búsqueda.....	12
3.2 Estrategia de búsqueda.....	13
3.3. Selección de estudios	14
3.4. Criterios de elegibilidad	14
3.4.1. Criterios de Inclusión	14
3.4.2. Criterios de Exclusión.....	15
3.5. Evaluación de calidad metodológica.....	15
4. REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA	18
4.1. Anatomía de columna lumbar	18
4.2. Biomecánica de columna lumbar	21
4.3. Dolor lumbar	24
4.3.1. Clasificación del dolor lumbar	24
4.4. Dolor lumbar en el embarazo.....	26
4.4.1. Definición y clasificación	26
4.4.2. Factores de riesgo	26
4.4.3. Epidemiología	27
4.4.4. Etiología	28
4.4.5 Causas	29
4.4.5.1. Hormonal	30
4.4.5.2. Aumento de masa corporal	30

4.4.5.3. Musculoesquelética	30
4.4.5.4. Mecánica y postura	30
4.4.5.5. Cambios en la circulación	31
4.5. Consecuencias del padecimiento de dolor lumbar en el embarazo	31
4.6. Evaluación kinésica del dolor lumbar durante el embarazo	33
4.6.1. Anamnesis	33
4.6.2. Exámen físico.....	34
4.6.3. Exámenes Complementarios.....	35
4.7. Tratamiento del dolor lumbar durante el embarazo	35
4.7.1. Tratamiento conservador	35
4.7.2. Tratamiento Kinésico	36
4.8. Programa de intervención en mujeres embarazadas de Chile.....	36
4.9. Recomendaciones del ejercicio durante el embarazo	37
5. RESULTADOS.....	38
5.1. Selección de los estudios	38
6. DISCUSIÓN	49
7. CONCLUSIÓN.....	60
8. PROYECCIÓN CLÍNICA	61
9. BIBLIOGRAFÍA	62
ANEXOS	76

LISTA DE FIGURAS

Figura 1: Selección de estudio.

LISTA DE TABLAS

Tabla 1: Puntuación obtenida según los criterios de PEDro.

Tabla 2: Resumen de los estudios.

Tabla 3: Resumen de instrumentos de evaluación utilizados en los artículos seleccionados de la revisión bibliográfica.

Tabla 4: Resumen de intervenciones efectuadas en los tratamientos utilizados en los artículos seleccionados de la revisión bibliográfica.

ABREVIATURAS

- **AEE:** Atención de enfermería estándar.
- **BPI-T:** Cuestionario breve del dolor –Taiwán.
- **BPRB:** Programa reductor de dolor lumbar.
- **CF:** Capacidad funcional.
- **CV:** Columna vertebral.
- **DL:** Dolor lumbar.
- **ECA:** Ensayo controlado aleatorio.
- **FTL:** Fascia toracolumbar.
- **I C:** Intervalo de confianza.
- **IVU:** Terapia de ultrasonido simulada.
- **MIN:** Minutos.
- **NES:** No estadísticamente significativo.
- **NET:** Técnica neuro-emocional.
- **NRS:** Escala de calificación numérica.
- **ODQ:** Cuestionario de discapacidad de Oswestry.
- **OMT:** Tratamiento manual de osteopatía.
- **PMF:** Músculos del suelo pélvico.
- **PMR:** Relajación muscular progresiva.
- **PPPP:** Provocación de dolor pélvico posterior.
- **RMDQ:** Cuestionario discapacidad de Roland-Morris.
- **SF-36:** Short Form-36 (cuestionario).
- **SMT:** Manipulación vertebral.
- **SWLS:** Cuestionario de satisfacción con la vida.
- **TENS:** Neuroestimulación eléctrica transcutánea.
- **UOBC:** Atención obstétrica habitual.
- **VI:** Validez interna.