

Ejercicio terapéutico en el manejo del latigazo cervical crónico. Una revisión sistemática

Hugo Lamas-Sánchez⁽¹⁾; Lorenzo A. Justo-Cousiño⁽²⁾; Alejandra Alonso-Calvete⁽³⁾; Yoana González-González⁽⁴⁾

¹Facultad de Fisioterapia, Universidade de Vigo (España).

²Facultad de Fisioterapia, Universidade de Vigo (España).

³Facultad de Fisioterapia, Universidade de Vigo (España).

⁴Facultad de Fisioterapia, Universidade de Vigo (España).

Correspondencia:

Alejandra Alonso-Calvete

Dirección: Facultad de Fisioterapia, Universidade de Vigo.

Campus A Xunqueira s/n 36005, Pontevedra,

España

Teléfono: +34986801755

Correo electrónico: alejalonso@uvigo.es

La cita de este artículo es: Hugo Lamas-Sánchez. Ejercicio terapéutico en el manejo del latigazo cervical crónico. Una revisión sistemática. Rev Asoc Esp Espec Med Trab 2021; 30(4): 520-536

RESUMEN.

Objetivo: El objetivo de este estudio fue realizar una revisión sistemática acerca de los efectos del ejercicio terapéutico en el latigazo cervical.

Material y Métodos: Se llevó a cabo una revisión sistemática de la bibliografía, siguiendo la normativa PRISMA, en marzo de 2021 y en las bases de datos PubMed, Medline, Scopus, Cinhal y Web of Science.

Resultados: Se obtuvieron un total de 11 ensayos controlados aleatorizados, con una calidad metodológica superior o igual a 6 en la escala PEDro. Los programas de ejercicio empleados se basaron en ejercicios específicos de cuello, solos o en combinación con programas integrales, educación y asesoramiento.

Conclusiones: Los ejercicios específicos de cuello pueden beneficiar a los pacientes con latigazo cervical crónico. Añadir educación y

ALTERATIONS OF SENSITIVITY TO CONTRAST AND STEREOPSIS IN WORKERS EXPOSED TO AROMATIC HYDROCARBONS

ABSTRACT

Objective: The aim of this study was to conduct a systematic review of the effects of therapeutic exercise on whiplash.

Material and Methods: A systematic review of the literature was carried out, following the PRISMA guidelines, in March 2021 and in the databases PubMed, Medline, Scopus, Cinhal and Web of Science.

Results: A total of 11 randomized controlled trials were obtained, with a methodological quality greater than or equal to 6 on the PEDro scale. The exercise programs used were based on specific neck exercises alone or in combination with comprehensive programs, education and counselling.

enfoque conductual a las terapias no parece tener un beneficio adicional, y la prescripción de ejercicio global no parece tener beneficios significativos.

Palabras clave: Enfermedad Crónica; Eficacia del Tratamiento; Lesiones por Latigazo Cervical; Ejercicio terapéutico.

Conclusions: Neck-specific exercises may benefit patients with chronic whiplash. Adding education and behavioral approaches to therapies does not appear to have additional benefit, and global exercise prescription does not appear to have significant benefits.

Keywords: Chronic Disease; Treatment Effectiveness; Whiplash Injuries; Therapeutic Exercise.

Fecha de recepción: 2 de septiembre de 2021

Fecha de aceptación: 20 de diciembre de 2021
