

## **Initiation à la recherche effectuée sur l'évolution de l'efficacité du massage concernant la lombalgie subaiguë (LSNS) et chronique non-spécifique (LCNS) en fonction du temps**

**Introduction :** La LSNS et la LCNS sont toutes deux des pathologies revêtant un enjeu de santé publique majeur. Le massage est une technique empirique qui peut être utilisée par les Masseurs-Kinésithérapeutes (MK) pour palier à ces pathologies. Cependant, le massage reste peu présent dans les recommandations. **Matériel et Méthode :** Ce travail repose sur des recherches effectuées via les moteurs de recherches : PubMed, La Cochrane, Pedro, Sciencedirect, Ulysse, Springer Nature, Wiley, Taylor & Francis sur une période s'étendant du 1er octobre au 25 décembre. Dans cette étude ont été inclus uniquement des revues systématiques (RS) d'essais contrôlés randomisés (ECR) concernant la LSNS et la LCNS chez l'adulte. La diminution de la douleur, des incapacités ainsi que l'amélioration de la qualité de vie sont les outils de mesures principaux choisis. **Résultats :** Au final, 33 ECR issus de 10 RS ont été sélectionnés. Parmi ces études, 24 ECR mettent en évidence une efficacité significative du massage dont 20 montrent une efficacité sur la douleur et 16 sur les incapacités. Seul 8 ECR montrent une efficacité significative du massage sur la qualité de vie. **Discussion :** Une évolution favorable de l'efficacité du massage est objectivée par l'étude des RS et des ECR à partir de 2005 avec un pic obtenu aux environs de 2007. Les ECR comportent cependant peu de patients même si 18 ECR sur 33 sont considérés comme étant de haute qualité. La variété de type de massage ainsi que l'hétérogénéité des données ne permettent pas de donner de conclusions totalement fiables et objectives. **Conclusion :** Le massage est considéré comme une thérapie efficace avec des niveaux de preuves faibles à modérés. L'évolution de l'efficacité du massage semble favorable mais ne se reflète pas à travers les recommandations. Des pistes sont proposées mais aucune ne doit être considérée comme un fait avéré et incontestable. D'autres recherches doivent être menées afin d'affirmer ou d'infirmer ces pistes.

**Mots clés :** Evolution, Lombalgie chronique, Lombalgie non-spécifique, Lombalgie subaiguë, Massage

## **Introduction to scientific research : the effectiveness of massage therapy in the treatment of non-specific subacute (NSSLBP) and chronic low back pain (NSCLBP) : a longitudinal study**

**Introduction :** The NSSLBP and NSCLBP are two major health issues. Massage therapy is one of the empirical techniques that may be provided by physiotherapists in the treatment of both NSSLBP and NSCLBP. Nevertheless, it is seldom recommended for the treatment of these two pathologies. **Material and Method :** This dissertation combines results obtained from several search engines-consulted from October 1st and December 25, 2019 and including : PubMed, Cochrane Library, Pedro, Sciencedirect, Ulysse, Springer Nature, Wiley and Taylor & Francis. Only systematic review (SR), using randomized controlled trial (RCT) and dealing with NSSLBP and NSCLBP occurring in adults, have been considered. The measuring tools included, among others : a decrease in pain levels, as well as, disability but also an improvement of the patient's quality of life. **Results :** In the end, 33 RCT stemmed from 10 SR have been selected. Among these studies, 24 RCT highlight the fact that massage provide meaningful effectiveness, among which, 20 puts forward efficiency on pain relief and 16 on disability. However, only 8 studies show the massage like an efficient therapy in order to increase quality of life. **Discussion :** Positive evidence for the effectiveness of massage is point out by the study of SR and RCT from 2005 and especially from 2007. RCT, however, focus on few patients, even if 18 RCT out of 33 selected are reported as high-quality ones. The different types of massages as well as the heterogeneity of data do not allow us to draw perfectly reliable and unbiased conclusions. **Conclusion :** Even through there is an ongoing positive evolution, there is still little high-quality evidence as far as the effectiveness of massage therapy is concerned and massage therapy is still rarely recommended. Possible solutions are suggested but none of them should be considered as conclusive. Further research will either infirm or confirm these hypothesis.

**Keywords :** Evolution, Chronic low back pain, Non-specific low back pain, Subacute low back pain, Massage therapy