

**MUOVERSI BENE
PER STARE MEGLIO**

**PORTE APERTE
IN FISIOTERAPIA**

4 | 8 FEBBRAIO 2019

Introduzione

Dott. F. Di Domenico

- La lombalgia è un problema sociale: ne soffre il **75% della popolazione adulta**, che ha mal di schiena almeno una volta all'anno
- Jama Internal Medicine → l'attività fisica regolare dimezza il rischio di reiterare un attacco di lombalgia acuto, mentre il sedentario potrebbe registrare un secondo episodio entro l'anno, con una probabilità che oscilla tra il 24 e l'80%

Il 5% dei casi di lombalgia presentano un quadro di ernia discale (Mathews JA et al. 1987; Deyo R et al. 1990)

Nel 50% dei casi di ernia discale lombare sintomatica il trattamento conservativo e l'evoluzione naturale rappresentano condotte efficaci (Stern PJ et al. 1995; Cassidy JD et al. 1993; Slosberg M 1994) con bassi tassi di complicanze (Stern PJ et al. 1995)

Non c'è evidenza della maggiore efficacia dell'approccio chirurgico (Saal J 1996) per il quale il tasso di complicanze è del 24% la cui metà sono maggiori (Fritzell P et al. 2001)

Approccio multidisciplinare alla lombalgia

- Fisiatra

- Chirurgo vertebrale

- Neurochirurgo

- Fisioterapista

- Osteopata