

## Lombalgia e non capite perché?

Il dolore lombare affligge circa l'80% delle persone almeno una volta nella vita.

La cosa veramente curiosa da sapere è che esistono persone con spondilolistesi, ernie, protrusioni e degenerazioni di diversa natura che non hanno il minimo sintomo doloroso, ed altre che soffrono da anni di mal di schiena senza patologie rilevate da risonanze o test diagnostici.

**La letteratura ha dimostrato che l'85% dei dolori lombari è aspecifico.**

Non vi è associazione tra dolore e degenerazioni discali o delle articolazioni zigapofisarie (studio di Jarvik del 2005)

Solamente il 3% delle risonanze evidenziano degenerazioni (di qualsiasi natura) nelle lombalgie (studio di Modic del 2005)

Non vi è alcuna associazione tra spondilolistesi o spondilolisi e lombalgia (studio di Andrade del 2015)



Esempio di ernia discale

Questo significa che a questa problematica spesso va associata una valutazione più ampia del paziente, riguardante in particolar modo la postura, le posizioni mantenute e i movimenti ripetuti durante il giorno, se nel lavoro è soggetto a vibrazioni o altri fattori di rischio e anche l'aspetto psicologico. Tutto ciò unito ovviamente alla valutazione fisioterapica specifica.