Programma di cure integrate per la lombalgia cronica

Data 26 dicembre 2010
Categoria ortopedia

Un trattamento integrato riduce significativamente, rispetto alla terapia usuale, la disabilità dovuta a lombalgia cronica sia nella vita privata che nel posto di lavoro.

In questo studio sono stati reclutati 134 pazienti (età 18-65 anni) che lamentavano lombalgia da almeno 12 settimane. I partecipanti sono stati randomizzati a terapia usuale (n = 68) oppure ad un trattamento integrato (n = 66), che consisteva in interventi ergonomici sul posto di lavoro con supervisione da parte di un esperto associati a programmi di attività graduata basati su principi di tipo cognitivo-comportamentale.
L'endpoint primario dello studio era il tempo di assenza dal lavoro a causa della lombalgia. Endpoints secondari erano l'intensità del dolore e lo stato funzionale.
La durata mediana di assenza dal lavoro risultò essere di 88 giorni nel gruppo randomizzato a trattamento integrato e di 208 giorni nel gruppo controllo (p = 0,003). La terapia integrata risultava essere significativamente più efficace nel permettere il ritorno al lavoro: HR 1,95 (1.2-2,8; p = 0,004).
A distanza di 12 mesi i pazienti del gruppo a trattamento integrato mostravano un miglior stato funzionale, mentre il miglioramento del dolore non differiva significativamente tra i due gruppi.
Gli autori concludono che un trattamento integrato riduce significativamente, rispetto alla terapia usuale, la disabilità dovuta a lombalgia cronica sia nella vita privata che sul posto di lavoro.

Fonte:

Lambeek LC et al. Randomised controlled trial of integrated care to reduce disability from chronic low back pain in working and private life. BMJ. 2010 Mar 16;340:c1035. doi: 10.1136/bmj.c1035.

Commento di Renato Rossi

La lombalgia cronica riconosce momenti patogenetici diversi ed in parte non conosciuti e, talora, vi giocano un ruolo importante anche fattori di tipo psicologico. Le terapie farmacologiche (antinfiammatori, analgesici, miorilassanti, antidepressivi, etc.) hanno un'efficacia limitata e spesso i pazienti, nel cercare un qualche rimedio al loro disturbo, si sottopongono alle pratiche più varie, non raramente di non dimostrata utilità.
Lo studio recensito in questa pillola è solo l'ultimo di tanti che suggeriscono come un approccio di tipo multidisciplinare, che privilegi il trattamento di tipo cognitivo-comportamentale, sia superiore alla terapia usuale nel ridurre la disabilità tipica di questa condizione morbosa.
Purtroppo si deve notare quanta distanza corra tra le evidenze di letteratura e la pratica di ogni giorno, che si scontra con l'estrema difficoltà a trovare strutture e personale specialistico in grado di attuare questo tipo di trattamento.