



---

## Inefficacia del riposo a letto per la sciatalgia

---

**Data** 30 luglio 1999  
**Categoria** ortopedia

---

Il riposo a letto viene generalmente consigliato come un utile provvedimento terapeutico in caso di sciatalgia, ma la sua efficacia non è mai stata provata in studi controllati. Sono stati studiati 183 pazienti affetti da sciatalgia che sono stati randomizzati: un gruppo osservava un periodo di riposo continuativo a letto, l'altro un periodo di vita a casa. Nel follow-up sono state valutate le condizioni soggettive, la necessità di assenza dal lavoro o di intervento chirurgico. Al controllo effettuato dopo 2 settimane, il 70% dei pazienti riposati a letto ha dichiarato un miglioramento sintomatologico soggettivo, contro il 65% del gruppo di controllo. A 12 settimane la percentuale di pazienti con sollievo dai sintomi era dell'87% per entrambi i gruppi. Non vi era nessuna differenza relativamente a tutte le altre variabili considerate. Pertanto il riposo a letto non può essere considerato di vantaggio. (N Engl J Med 1999;340:418-23)