

UNIVERSITA' CATTOLICA DEL SACRO CUORE MILANO
Facoltà di Scienze della Formazione – Medicina e chirurgia –
Corso di laurea in Scienze e Tecniche delle Attività Motorie Preventive ed Adattate

BACK SCHOOL E ACQUANTALGICA NEL TRATTAMENTO DELLA LOMBALGIA CRONICA

Relatore: Chiar.mo Toso Benedetto

di Arena Federica

Anno accademico 2011/2012

INTRODUZIONE

- Il dolore lombare è la prima causa di assenteismo e disabilità nei paesi industrializzati;
- Circa il 10%-20% dei soggetti degenerano nel dolore lombare cronico;
- I protocolli per la lombalgia cronica variano nel tipo di esercizio prescritto (a secco o in acqua) e nell'intensità e durata del programma;
- Dati in bibliografia contrastanti.

SCOPO

Lo scopo dello studio è stato quello di trattare la lombalgia cronica attraverso l'utilizzo congiunto di due metodiche valide ed efficaci nel trattamento delle algie vertebrali :

- Back School
- Acquantalgica®

MATERIALI E METODI

- 30 soggetti
- Percorso della durata di dieci settimane
- *Criteri di inclusione* (dolore lombare cronico, situazioni patologiche o parapatologiche, con o senza irradiazione agli arti inferiori)

MATERIALI E METODI

- Colloquio
- Valutazione funzionale:
 - *Scheda per la programmazione del piano di lavoro personalizzato;*
 - Visual Analogue Scale (VAS) da 0 a 10;
 - The Oswestry Low Back Pain Disability Questionnaire
 - (ODQ) da 0% a 100%.

La VAS e l'ODQ (variabili dipendenti) sono state compilate da tutti i soggetti alla settimana zero e dopo dieci settimane.

MATERIALI E METODI

- I soggetti sono stati divisi in maniera randomizzata in 3 gruppi :
1. **Gruppo di controllo** (4 M e 6 F, età 56 ± 5): non effettuava alcun trattamento; VAS e ODQ alla settimana zero e dopo dieci settimane.

MATERIALI E METODI

2. **Gruppo Acquantalgica®** (10F, età 61 ± 10): il gruppo ha effettuato 10 lezioni monosettimanali di Acquantalgica®.



MATERIALI E METODI

3. **Gruppo Back School e Acquantalgica®** (10 F, età 63 ± 3): quest'ultimo gruppo ha effettuato 10 lezioni di Back School e 10 lezioni di Acquantalgica®.



MATERIALI E METODI

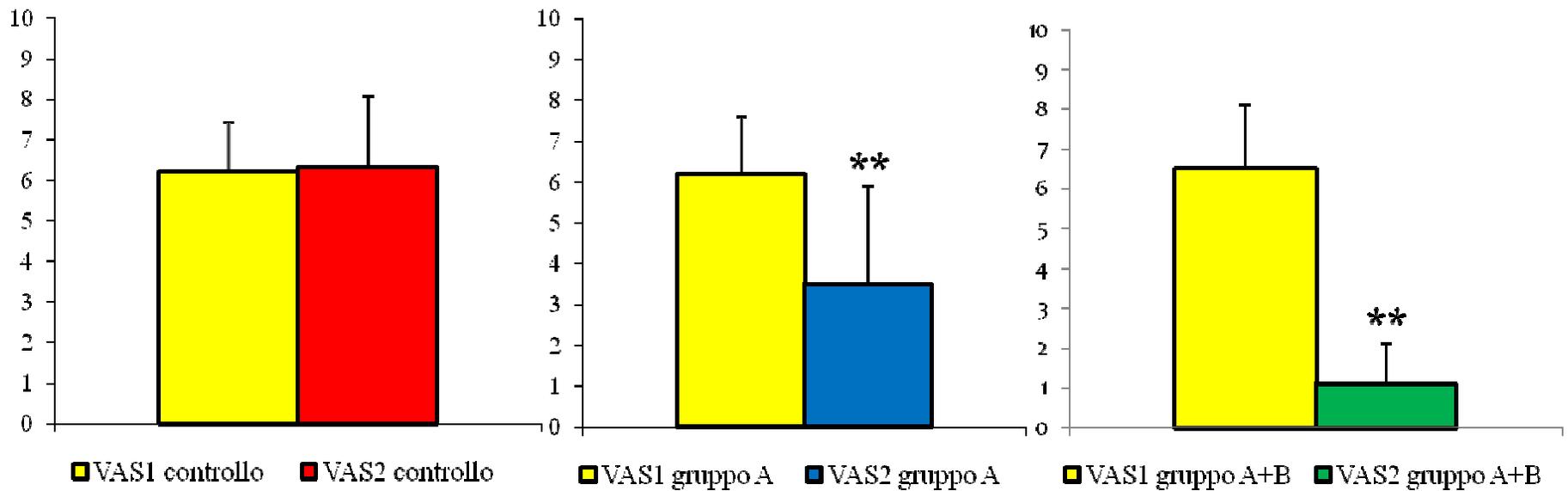
Le ipotesi di ricerca erano:

1. Verificare miglioramenti significativi nel Gruppo 2 e nel Gruppo 3 alla fine delle 10 settimane rispetto alla condizione iniziale;
2. Verificare se l' inclusione della componente Back School fosse fattore discriminante nell'efficacia del trattamento.

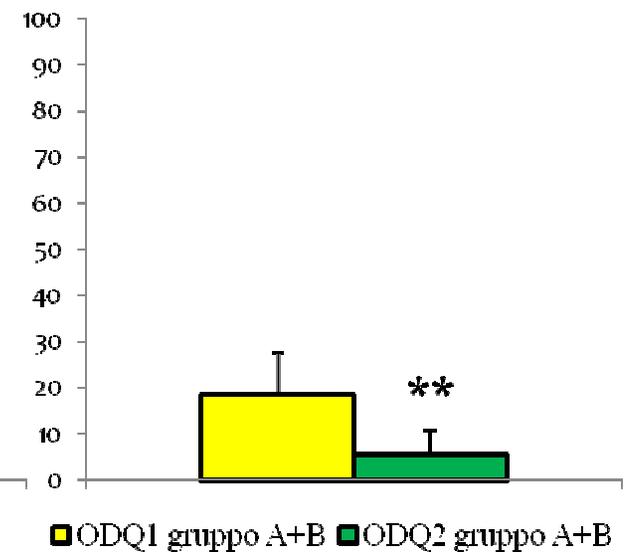
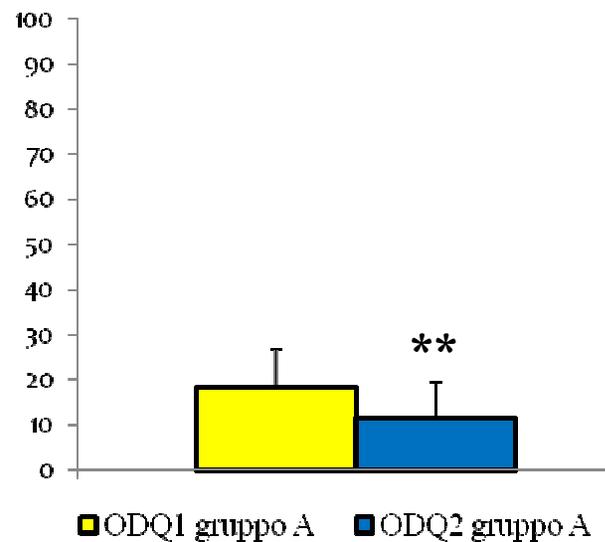
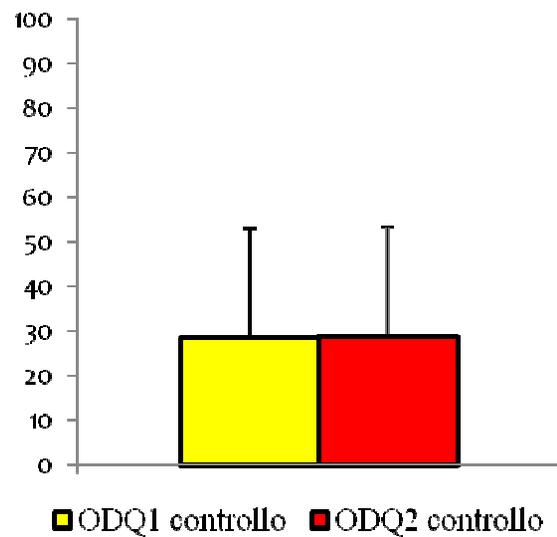
RISULTATI

	VAS1	VAS2	p	ODQ1	ODQ2	p
Controllo	6,2 ± 1,2	6,3 ± 1,8	> 0,05	28,6 ± 24,5	28,8 ± 24,6	> 0,05
Gruppo A	6,2 ± 1,4	3,5 ± 2,4	< 0,002	18,4 ± 8,4	11,4 ± 7,9	< 0,005
Gruppo A+B	6,5 ± 1,6	1,1 ± 1	< 0,002	18,4 ± 9,2	5,4 ± 5,3	< 0,002

RISULTATI



RISULTATI



RISULTATI

- **Effect size**

Effect size	<i>r</i>
Small	0.10
Medium	0.30
Large	0.50

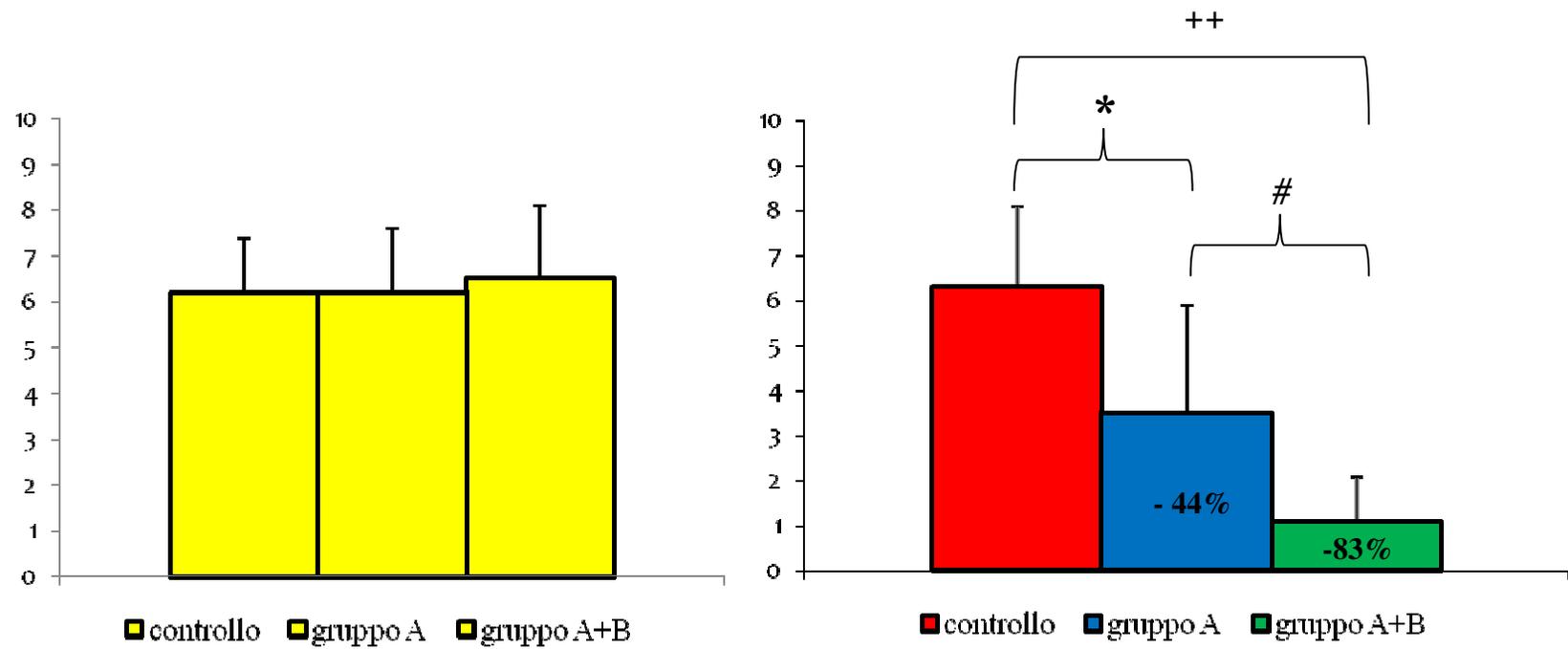
Gruppo 1 (trattamento Acquantalgica®):

0.57 per VAS; **0.39** per ODQ

Gruppo 2 (trattamento Acquantalgica® + Back School):

0.90 per VAS; **0.65** per ODQ

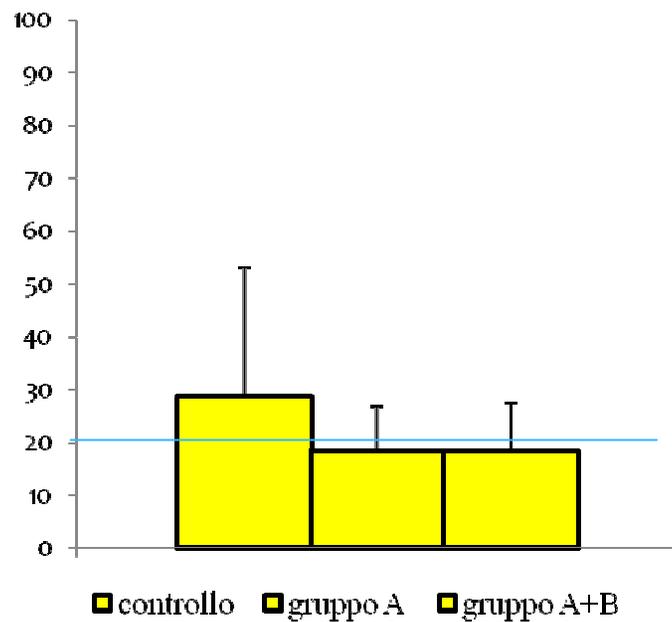
RISULTATI



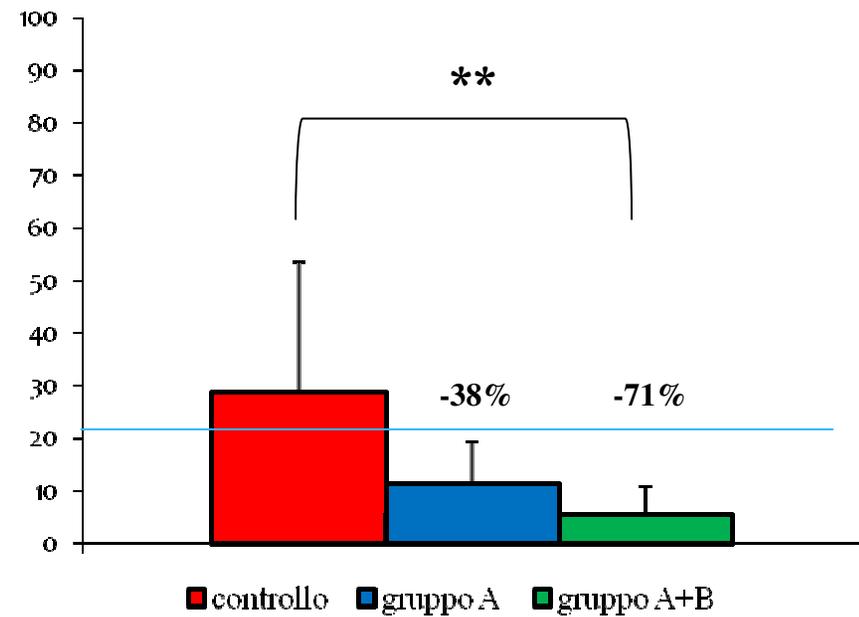
VAS PRE

VAS POST

RISULTATI



ODQ PRE



ODQ POST

DISCUSSIONE

- **Visual Analogue Scale**

La dimensione dell'effetto dovuto al trattamento è risultato maggiore a seguito del corso di Acquantalgica® abbinato alla Back School rispetto alla sola Acquantalgica®.

Di conseguenza, nonostante sia stato osservato un significativo miglioramento con il solo trattamento Acquantalgica®, la combinazione di Acquantalgica® + Back School si è dimostrata anche in questo caso criterio discriminante per una maggiore efficacia del trattamento.

DISCUSSIONE

- **Oswestry Low Back Pain Disability Questionnaire**

I risultati suggeriscono come dieci settimane di Acquantalgica® possano diminuire l'indice medio di disabilità nei soggetti partecipanti a tale trattamento, fornendo così beneficio; è altresì evidente come l'aggiunta di Back School amplifichi l'effetto di tale trattamento.

CONCLUSIONI

L'importanza dei nostri risultati si è resa ancor più evidente nel trattamento combinato di Acquantalgica® e Back School dove abbiamo riscontrato delle grandi riduzioni sia nella VAS (83%) che nell'ODQ (71%); seppur limitati alle prime dieci settimane, questi dati ci suggeriscono prospettive positive per una possibile applicazione pratica di tale protocollo combinato.

CONCLUSIONI

- Futuri studi dovrebbero prendere in considerazione un campione di soggetti maggiore e una durata dei trattamenti più lunga perché visti i risultati è auspicabile avere dei risultati ancora migliori.



Grazie!