

VALUTAZIONE DELLA PHYSICAL FITNESS NEI PAZIENTI CON LOW BACK PAIN: UNA SCOPING REVIEW



Candidato: Bortolozzo Mattia

Relatore: Dott. FT OMPT Pozzi Andrea

Background: I domini della physical fitness legati alla salute sono 5¹: resistenza cardiorespiratoria, resistenza muscolare, forza muscolare, composizione corporea e flessibilità. La letteratura scientifica sulla valutazione della physical fitness nel soggetto con Low Back Pain presenta diverse lacune, inoltre il numero di RCT che riportano le capacità fisiche (in particolare quelle del tronco) nei soggetti con LBP è scarso.^{3, 2}



Scopo: mappare le modalità e gli strumenti di valutazione della physical fitness nei soggetti con LBP aspecifico.

Materiali e metodi: attraverso una ricerca strutturata su PubMed, sono stati inclusi 417 studi.

Risultati:

- 1) I test clinici standardizzati rappresentano l'approccio predominante (31.6% degli studi inclusi),
- 2) La maggior parte degli studi (67.1%) valuta un solo dominio della physical fitness,
- 3) L'unica misura di outcome utilizzata per valutare la composizione corporea nel soggetto con LBP è il BMI,
- 4) Il dominio cardiorespiratorio risulta essere quello meno indagato (solo 7.7% degli studi inclusi),
- 5) Le tre misure di outcome con la maggiore frequenza in assoluto sono la misurazione del ROM lombare con goniometro od inclinometro (17.2% di tutte le misure di outcome), il BMI (15% di tutte le misure di outcome), il Biering-Sørensen Test (12.4% di tutte le misure di outcome).



Conclusioni: La valutazione della physical fitness nei soggetti con low back pain è caratterizzata da un'elevata eterogeneità metodologica e da una prevalente attenzione a domini muscolo-scheletrici locali (flessibilità, endurance muscolare e forza del tronco). Al contrario, domini più sistemici, come la capacità cardiorespiratoria e la composizione corporea valutata con metodi diretti, risultano scarsamente rappresentati.

Bibliografia

- 1- Caspersen CJ et al. Physical activity, exercise, and physical fitness: definitions and distinctions for health-related research.
- 2-Prat-Luri A et al. Effect of Trunk-Focused Exercises on Pain, Disability, Quality of Life, and Trunk Physical Fitness in Low Back Pain and How Potential Effect Modifiers Modulate Their Effects: A Systematic Review With Meta-analyses.
- 3-Smeets RJ et al. The association of physical deconditioning and chronic low back pain: a hypothesis-oriented systematic review.