

FATTORI PSICOSOCIALI E CAPACITÀ DI ESPRIMERE FORZA NEL LOW BACK PAIN: UNA REVISIONE DELLA LETTERATURA



Candidato: Dott. FT Tommaso Moia

Relatrice: Dott. FT OMPT: Monica Erbesato

INTRODUZIONE E OBIETTIVI

Il **Low Back Pain** (LBP) è una delle principali cause di disabilità e la sua gestione richiede un approccio biopsicosociale. Il ruolo dei fattori psicosociali nel dolore e nella disabilità è ampiamente documentato mentre il loro possibile impatto sulla capacità di esprimere forza e sulla performance muscolare è meno chiaro. **L'obiettivo** è indagare l'associazione tra fattori psicosociali e la capacità di esprimere forza nei pazienti con LBP.

MATERIALI E METODI

La presente revisione sistematica è stata condotta secondo le linee guida PRISMA 2020, utilizzando i database PubMed, Cochrane Library e PEDro e strutturando il quesito di ricerca secondo il modello PEO.

- **P** (Popolazione): adulti (18-65 anni) con LBP non specifico.
- **E** (Esposizione): fattori psicosociali tra cui kinesiophobia, catastrofizzazione e fear-avoidance.
- **O** (Outcome): forza muscolare, performance muscolare.
- **Inclusione**: studi in lingua inglese pubblicati dal 2000 al 2025, con outcome oggettivi validati.
- **Critical Appraisal**: Newcastle-Ottawa Scale (NOS)

RISULTATI

La ricerca bibliografica ha identificato 146 studi. In seguito, dopo la rimozione dei duplicati e lo screening di titolo, abstract e full-text, sono stati inclusi 5 studi corrispondenti ai criteri di eleggibilità. **NOS**: 5-7/9 → 1 studio buona qualità, 3 moderata, 1 moderata-bassa.

1 Leeuw et al., 2009 Fear-avoidance beliefs, benessere psicologico Outcome Forza isocinetica Risultato Associazione negativa tra fear-avoidance e capacità di esprimere forza.	2 Verbunt et al., 2005 Fattori cognitivi/comportamentali Outcome Forza muscolare e attivazione neuromuscolare Risultato Ridotta capacità di attivazione e forza associata a fattori psicosociali.	3 Geisser et al., 2010 Catastrofizzazione, paura del dolore Outcome Endurance muscoli lombari (EMG) Risultato Catastrofizzazione associata a ridotta endurance lombare.	4 Segura-Jimenez et al., 2025 Forza muscolare, fattori psicologici, central sensitization Outcome Movement-evoked pain e performance muscolare Risultato Associazione tra fattori psicologici e ridotta forza muscolare.	5 Kandakurti P, 2024 Kinesiophobia Outcome Endurance muscolare lombare Risultato Kinesiophobia associata a ridotta endurance.
---	--	--	---	--

CONCLUSIONI

I risultati suggeriscono una possibile associazione tra fattori psicosociali e capacità di esprimere forza nei pazienti con LBP. Tale relazione potrebbe essere mediata da meccanismi comportamentali e neuromuscolari tuttavia il numero limitato di studi e l'eterogeneità metodologica non consentono di stabilire relazioni causali.

1. Geisser ME, Haig AJ, Theisen ME. Activity avoidance and function in persons with chronic back pain. J Occup Rehabil. 2010;20(3):354-363.
2. Kandakurti P, Reddy RS, Tedla JS. Relationship between kinesiophobia and lumbar muscle endurance in chronic low back pain. F1000Research. 2024;13:1016.
3. Leeuw M, Goossens MEJB, van Breukelen GJP, de Jong JR, Heuts PHTG, Smeets RJEM, et al. Measuring perceived harmfulness of physical activities in patients with chronic low back pain: the Photograph Series of Daily Activities-short electronic version. J Pain. 2009;10(8):840-849.
4. Segura-Jiménez V, Tsiarleston G, Donoso B, Gil-Gutiérrez YM, Delgado-Fernández M. Association of Muscle Strength, Psychological Factors, and Central Sensitization With Movement-Evoked Pain in Patients With Nonspecific Chronic Low Back Pain: The BACKFIT project. Sports Health. 2025;17(2):342-350.
5. Verbunt JA, Seelen HA, Vlaeyen JW, van de Heijden GJMG, Heuts PHTG, Pons K, et al. Pain-related factors contributing to muscle inhibition in patients with chronic low back pain: an experimental investigation. Clin J Pain. 2005;21(2):112-118.