

STRUMENTI INTEGRATIVI

PER LA SORVEGLIANZA
SANITARIA

DR GIAMPIETRO RIZZO

MEDICO COMPETENTE



CONSEGUENZE DELLA LOMBALGIA CRONICA

**Perdita della
capacità
lavorativa**



Dolore



Limitata efficacia
dei trattamenti
farmacologici e fisioterapici

Disabilità

Dipendenza
Ridotta autonomia
Isolamento



QUALITA' DI VITA

LINEE GUIDA

Rientro al lavoro dopo lombalgia acuta/ricorrente

PRINCIPI GENERALI

- Mantenere una relazione collaborativa
- Più sarà lunga l'assenza, più difficile sarà il rientro
- 6 settimane come punto critico
- Responsabilizzazione

LINEE GUIDA

Rientro al lavoro dopo lombalgia acuta/ricorrente

- Valutare le realistiche possibilità di recupero della capacità lavorativa ed extra-lavorativa
- Mantenere il focus su aspetti funzionali
- Mantenere l'attività lavorativa anche se limitata
- Avere un piano
- Identificare ostacoli concreti



IDENTIFICARE I FATTORI DI RISCHIO

Capire i bisogni della persona

RED FLAGS

**Necessario un
approfondimento
diagnostico
urgente**

- Età di insorgenza maggiore di 55 anni
- Storia di neoplasia
- Calo ponderale
- Febbre di origine ignota
- Deficit motori estesi, progressivi o disabilitanti
- Ritenzione urinaria o Incontinenza fecale
- Anestesia
- Osteoporosi e/o fratture osteoporotiche
- Uso di steroidi
- Trauma maggiore

IDENTIFICARE I FATTORI DI RISCHIO

Capire i bisogni della persona

ORANGE FLAGS

**Patologia
psichiatrica franca
che ostacola una
corretta gestione
del dolore**

- Disturbi di personalità
- Uso di sostanze
- PTSD
- Psicosi

IDENTIFICARE I FATTORI DI RISCHIO

Capire i bisogni della persona

YELLOW FLAGS

Caratteristiche
psicologiche
«individuali»
associate alla
persona

- convinzioni che il mal di schiena sia di per sé dannoso o potenzialmente invalidante;
- comportamenti di paura al movimento con riduzione o evitamento dei livelli di attività abituali;
- abbassamento del tono dell'umore e conseguente ritiro sociale;
- alte aspettative verso trattamenti "passivi" rispetto alla partecipazione attiva nella gestione del dolore e degli aiuti che si ricevono;
- appartenenza a famiglie di tipo iperprotettivo;

IDENTIFICARE I FATTORI DI RISCHIO

Capire i bisogni della persona

BLUE FLAGS

**Percezioni
associate al lavoro**

- basso livello di soddisfazione
- bassa aspettativa di ritorno al lavoro
- paura di altri episodi di lombalgia
- scarsa motivazione nello svolgimento di attività lavorative
- problematiche sul lavoro

IDENTIFICARE I FATTORI DI RISCHIO

Capire i bisogni della persona

BLACK FLAGS

**Caratteristiche del
lavoro
su cui il soggetto
non ha molto
controllo**

- perdita parziale/totale del lavoro
- problemi economici
- esclusione sociale (orari)
- lavoro fisicamente faticoso
- cattivo clima aziendale (rapporti con colleghi, rapporti con il datore di lavoro, mobbing)

QUESTIONE DI BILANCIAMENTO DEI COLORI

Patologie organiche

Patologie psichiatriche

**Fattori psicosociali /
comportamentali**

Fattori sociali/lavorativi

Fattori occupazionali



STRUMENTI UTILI per evidenziare yellow flags



STarT Back Screening Tool

10 item

Riferiti alle **ultime due settimane**

Prognosi sul decorso a 6 mesi,
stratificando il rischio in basso, medio e alto

STRUMENTI UTILI per evidenziare yellow flags



Fear-Avoidance Beliefs Questionnaire

16 item

Valuta gli aspetti ansiosi legati al dolore, e quanto influenzino comportamenti di evitamento di lavoro e attività fisica (sottoscale)

Utile nell'identificazione di soggetti a maggior rischio di sviluppare disabilità

STRUMENTI UTILI per evidenziare yellow flags



QUEBEC BACK PAIN DISABILITY SCALE

20 item

Si riferisce alla condizione **attuale**

Utile nella valutazione della disabilità secondaria a lombalgia cronica

Possibile utilizzo in follow-up

APPROCCI TERAPEUTICI INTEGRATIVI

Terapia cognitivo-comportamentale

Back Skills Training (BeST)

Mindfulness

Training Autogeno

Tecniche di rilassamento

Psicoterapia

QUESTIONE DI APERTURA

«non sono mica matto!»

«le ho provate tutte!»

Darsi il permesso di
«aprire il campo»



Fare una fotografia vuol dire allineare la testa, l'occhio e il cuore.

Cartier-Bresson

Henri

Grazie per l'attenzione

