

Dolore lombare aspecifico: capire, valutare, trattare

Un percorso aggiornato alle linee guida internazionali

Tipologia evento

FAD asincrona

Periodo di fruizione

dal 15/07/2026 al 14/07/2027

Crediti assegnati

50 Crediti ECM

Numero di ore effettive

50 ore

Coordinatrice scientifica

Dott.ssa Selene Scanu

Modalità

Solo online

Obiettivo formativo

N. 1 — Applicazione nella pratica quotidiana dei principi e delle procedure dell'evidence based practice (EBM · EBN · EBP)

Professioni

Fisioterapisti, medici di medicina generale, specialisti in fisioterapia, ortopedia e medicina del lavoro, infermieri, osteopati e tutti i professionisti sanitari che nella pratica clinica quotidiana si occupano di pazienti con dolore lombare cronico o ricorrente.

Panoramica del corso

La **lombalgia non specifica (Non-Specific Low Back Pain, NSLBP)** è la condizione muscoloscheletrica a maggior impatto globale in termini di disabilità, assenteismo e costi sanitari e sociali. Nel 2020 colpiva **619 milioni di persone** nel mondo; le proiezioni al 2050 stimano un incremento fino a **843 milioni di casi**, con un burden particolarmente rilevante per i paesi europei ad alto reddito — tra cui l'Italia.

Nonostante la disponibilità di linee guida internazionali basate su evidenza solida (WHO 2023, GBD 2021, revisioni Cochrane), la pratica clinica quotidiana mostra ancora ampio ricorso a **pratiche a basso valore o non raccomandate**: imaging non indicati, prescrizione di riposo, uso routinario di oppioidi, trattamenti fisici privi di supporto probatorio. Questo corso nasce con l'obiettivo di fornire ai professionisti sanitari un quadro aggiornato, scientificamente fondato e clinicamente applicabile, che li metta in condizione di rivedere criticamente le proprie scelte e di costruire percorsi di cura coerenti con il **modello biopsicosociale** e con i principi di gestione evidence-based.

Obiettivi formativi

Al termine del percorso, il discente sarà in grado di:

1. Definire il dolore lombare non specifico e distinguerlo dalle forme specifiche, collegando la categoria clinica al concetto di *chronic primary low back pain* introdotto dall'ICD-11 e dalle linee guida WHO.
2. Descrivere il burden epidemiologico ed economico globale e regionale della LBP, con riferimento ai dati GBD 2021 e alle stime di costo nei paesi ad alto reddito.
3. Applicare una logica di triage clinico, riconoscere i segnali d'allarme e identificare il percorso decisionale appropriato (conservativo, urgente, multidisciplinare).
4. Illustrare i principi cardine della cura moderna — approccio biopsicosociale, person-centred, stepwise e multimodale — identificando le pratiche non raccomandate in routine e le ragioni cliniche di tale esclusione.
5. Pianificare un programma di esercizio terapeutico personalizzato per il dolore lombare cronico non specifico, con criteri di selezione del tipo di esercizio, di progressione e di gestione dell'aderenza.
6. Descrivere l'efficacia e i limiti delle principali terapie manuali (manipolazione, mobilizzazione) e integrarle correttamente in un percorso di cura multimodale.
7. Illustrare il ruolo degli interventi psicologici strutturati (Pain Neuroscience Education, CBT, terapia comportamentale) e la loro combinazione con l'esercizio, con riferimento alle evidenze di network meta-analysis.
8. Valutare criticamente le evidenze sull'agopuntura e sulle *needling therapies*, applicando un framework GRADE per la comunicazione dell'incertezza al paziente.
9. Riconoscere le componenti di un programma di self-management digitale (*digital health intervention*) per il contesto lavorativo e definire criteri minimi di adozione e valutazione.
10. Leggere e interpretare una revisione sistematica (meta-analisi, NMA, umbrella review) utilizzando gli strumenti PRISMA, RoB 2 e GRADE, e tradurre i risultati in messaggi clinici e formativi non fuorvianti.

Struttura del corso

Il corso è articolato in **8 moduli tematici**. Ciascun modulo è accompagnato da dispense contenenti una traduzione e un adattamento a scopo didattico ECM degli articoli scientifici, mantenendo il contenuto fedele all'originale.

1 Introduttivo: definizioni, contesto epidemiologico e razionale evidence-based

Framework GBD 2021 sul burden globale e proiezioni al 2050, burden clinico ed economico nei paesi ad alto reddito, principi di cura WHO e guida operativa alla lettura critica delle revisioni sistematiche.

2 Valutazione clinica: triage, prognosi e decisioni informate

Dall'identificazione dei red flag alla comprensione dell'eterogeneità del decorso nel LBP recente.

3 Educazione e comunicazione terapeutica

Dalla reassurance efficace alla Pain Neuroscience Education, fino alla costruzione di materiali e template di counseling per il paziente.

4 Esercizio terapeutico e attività fisica

Efficacia, selezione e personalizzazione del tipo di esercizio, criteri di progressione, home exercise e strategie per l'aderenza.

5 Terapie manuali e terapie fisiche adjunct

Manual therapy nel dolore lombare cronico, confronto con l'esercizio, manipolazione spinale in popolazioni specifiche.

6 Interventi psicologici e multimodali

Efficacia comparativa degli interventi psicologici combinati con la fisioterapia, razionale della combinazione educazione-esercizio, interventi biopsicosociali multicomponente.

7 Approcci complementari e needling therapies

Agopuntura come adjunct, confronto tra metodi (NMA), analisi degli studi placebo-controlled sui trattamenti non chirurgici.

8 Implementazione, contesto lavorativo e strumenti digitali

Digital health interventions per il self-management, riabilitazione remota e VR, piano di implementazione con indicatori di qualità e sicurezza.

Metodologia didattica

Ogni lezione segue un formato strutturato con obiettivi espliciti, testo principale, sintesi per punti chiave, rimandi a fonti primarie open access e quiz di verifica dell'apprendimento. La FAD è asincrona e fruibile in autonomia. La struttura rispetta i requisiti AGENAS per i corsi ECM FAD testuali.



Dott.ssa Selene Scanu

Fisioterapista · Fisioterapia Sportiva

Ente di appartenenza: Azienda Ospedaliera Universitaria di Belcolle – ASL di Viterbo

Laureata *cum laude* in Fisioterapia presso l'Università degli Studi di Napoli Federico II e in possesso del Master Executive in Fisioterapia applicata allo Sport conseguito presso l'Università degli Studi di Siena, dal 2022 opera come Fisioterapista a tempo indeterminato presso l'Azienda Ospedaliera Universitaria di Belcolle – ASL di Viterbo. Ha maturato una significativa esperienza in ambito sportivo, collaborando con società professionistiche e dilettantistiche e prestando servizio come fisioterapista alle Universiadi di Napoli 2019. Ha svolto attività di relatrice in convegni AIFI e corsi ECM dedicati alla riabilitazione muscoloscheletrica e sportiva. Le sue principali aree di competenza sono la fisioterapia sportiva, la riabilitazione post-infortunio, la terapia manuale e la prevenzione degli infortuni con percorsi di return to sport.