INHIBITORY LEARNING E HABITUATION NEL PAZIENTE KINESIOFOBICO: REVISIONE DELLA LETTERATURA

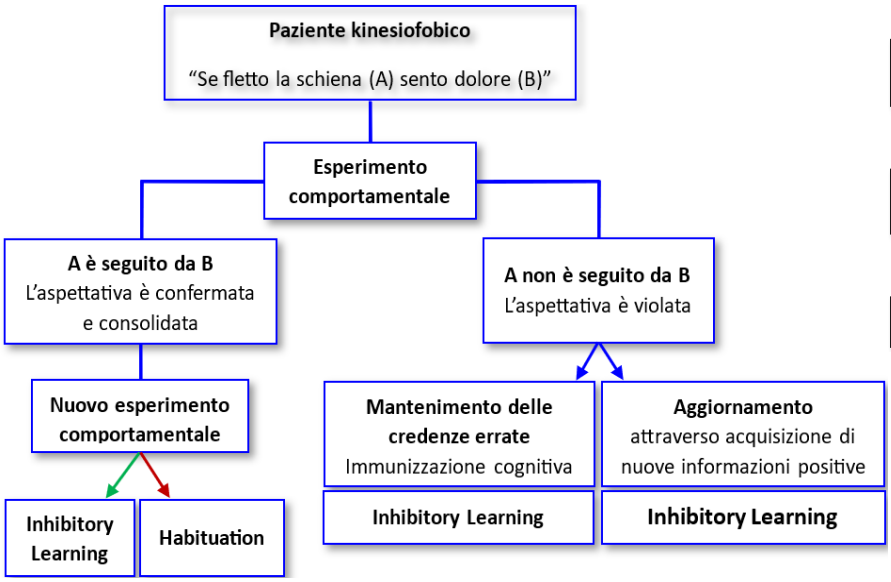
Autore: Dott. FT Alessandro Barison *Relatore: Dott. FT OMPT Jacopo Giannotti*

INTRODUZIONE E OBIETTIVI

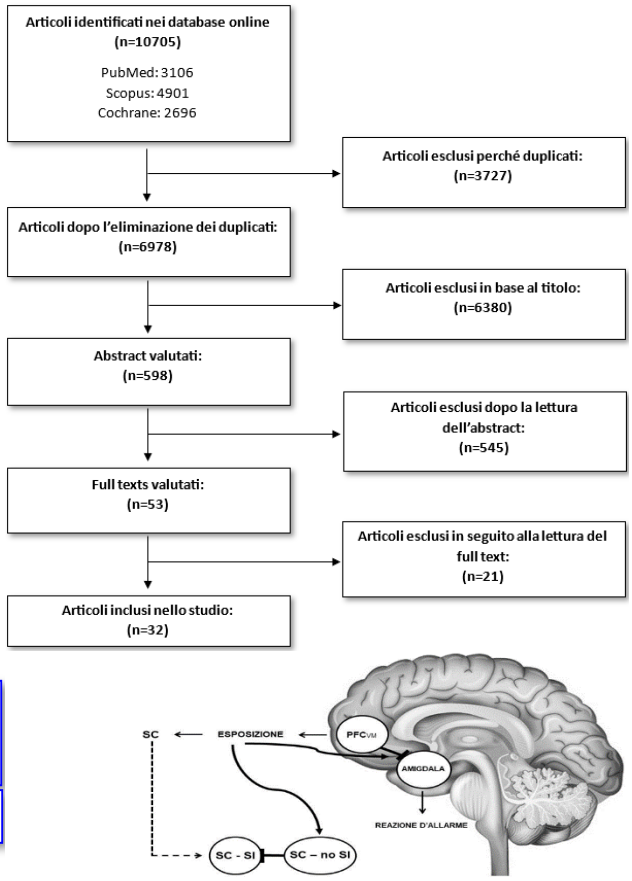
Inhibitory learning e **Habituation** sono due approcci di **esposizione** derivanti dalla psicologia che possono essere utilizzati nella gestione dei pazienti con kinesiofobia, nei quali i comportamenti di evitamento sostengono un circolo vizioso di auto-mantenimento della disabilità. Inhibitory learning e Habituation, attraverso l'esposizione alle attività temute, mirano a violare e riconcettualizzare le aspettative negative e ridurre la paura.
L'obiettivo di questa revisione è indagare i presupposti teorici dei diversi metodi di Exposure e approfondirne le indicazioni e le implicazioni pratiche, in modo particolare nei pazienti con kinesiofobia.

MATERIALI E METODI

La ricerca è stata eseguita su Medline, Cochrane e Scopus. Sono stati inclusi gli studi in lingua inglese aventi come popolazione **soggetti con fobie**, compresa la **kinesiofobia**, o con **disturbi d'ansia** e che avessero come intervento principale l'Exposure, sia in forma di Habituation che di Inhibitory Learning.



RISULTATI



CONCLUSIONI

Dall'analisi degli studi emerge che l'esposizione è il trattamento di scelta per i pazienti che presentano una **pain-related fear** elevata, **rivelandosi utile sia nella riduzione della paura e dell'evitamento sia nel ridurre il dolore**. I modelli teorici più recenti sembrano supportare l'inhibitory learning e la **violazione delle aspettative negative** rispetto alle classiche strategie di habituation, ma, a causa della limitata disponibilità degli studi, attualmente **non è ancora possibile consigliare l'utilizzo di un metodo rispetto all'altro**. Nonostante i principi teorici dell'esposizione provengano dal campo della psicologia, i risultati degli articoli sembrano promettenti circa la sua utilità in ambito muscolo-scheletrico nell'affrontare la paura del movimento e i comportamenti di evitamento.

VOCI BIBLIOGRAFICHE

1. Vlaeyen JW, De Jong JR, Onghena P, Kerckhoffs-Hanssen M, Kole-Snijders AM. Can Pain-Related Fear Be Reduced? The Application of Cognitive-Behavioural Exposure in Vivo. Pain Res Manag. 2002;7(3):144–53.

2. Fritz JM, George SZ, Delitto A. The role of fear-avoidance beliefs in acute low back pain: relationships with current and future disability and work status. Pain. Ottobre 2001;94(1):7–15.

3. Klenerman L, Slade PD, Stanley IM, Pennie B, Reilly JP, Atchison LE, et al. The Prediction of Chronicity in Patients With an Acute Attack of Low Back Pain in a General Practice Setting: Spine. Febbraio 1995;20(supplement):478–84.