

Low Back Pain e Return to Sport nei calciatori: una revisione della letteratura



Candidato: Dt. Ft. David Belleri

Relatore: Dt. Ft. OMPT Leonardo Righetti

INTRODUZIONE E OBIETTIVI

La lombalgia (LBP) è una delle principali cause di disabilità anche tra gli atleti. Nel calcio, mancano evidenze e criteri condivisi per il ritorno all'attività (RTS) dopo episodi di LBP. Obiettivo: analizzare i criteri clinici e funzionali usati nel RTS nei calciatori trattati chirurgicamente o conservativamente.

MATERIALI E METODI

Revisione su PubMed, PEDro, Cochrane e Scopus secondo modello PECO (P: calciatori con LBP; O: RTS). Inclusi solo articoli in inglese su calciatori (esclusi altri sport). Screening secondo criteri predefiniti (titolo, abstract, full-text).

RISULTATI

Dei sette articoli individuati, solo tre hanno soddisfatto i criteri di inclusione: due case report (uno chirurgico, uno conservativo) e una revisione narrativa. I criteri di RTS risultano qualitativi e non standardizzati, basati su assenza di dolore, recupero funzionale e ritorno graduale. Solo uno studio ha utilizzato scale oggettive (VAS, Oswestry), ma nessuno ha proposto protocolli validati.

CONCLUSIONI

Emergono lacune significative nelle linee guida per il RTS nei calciatori con LBP. È necessario sviluppare protocolli standardizzati, basati su evidenze, che includano misure oggettive e valutazioni funzionali per supportare il ritorno allo sport in ambito professionistico.

BIBLIOGRAFIA

1. Wu A, March L, Zheng X, Huang J, Wang X, Zhao J, et al. Global low back pain prevalence and years lived with disability from 1990 to 2017: estimates from the Global Burden of Disease Study 2017. *Ann Transl Med.* 2020;8(6):299–299. doi: 10.21037/atm.2020.02.175. [DOI] [PMC free article] [PubMed] [Google Scholar]
2. Carregaro RL, Tottoli CR, Rodrigues DS, Bosmans JE, Silva EN, van Tulder M. Low back pain should be considered a health and research priority in Brazil lost productivity and healthcare costs between 2012 to 2016. *PLoS One.* 2020;15(4):e0230902. doi: 10.1371/journal.pone.0230902. [DOI] [PMC free article] [PubMed] [Google Scholar]
3. O'Sullivan P, Caneiro JP, O'Keeffe M, O'Sullivan K. Unraveling the complexity of low back pain. *J Orthop Sports Phys Ther.* 2016;46(11):932–937. doi: 10.2519/jospt.2016.0609. [DOI] [PubMed] [Google Scholar]