

Introduzione e obiettivi:

Il Low back pain è condizione molto diffusa nella popolazione ed è la principale causa di assenteismo lavorativo a livello globale, con costi economici elevati. Diversi fattori, tra cui genetica, stile di vita, fattori psicosociali e lavorativi, influenzano il rischio e la cronicizzazione. Questo studio ha come obiettivo di analizzare la definizione di flare-up nel LBP, i suoi fattori di rischio e la possibilità di prevederne l'insorgenza.

Materiali e metodi:

La ricerca bibliografica è stata condotta utilizzando PubMed, Pedro e Cochrane Library, selezionando studi pertinenti con parole chiave relative al Low Back Pain (LBP) e flare-up, combinate con operatori booleani. Sono stati inclusi studi RCT, revisioni sistematiche, studi di coorte, caso-controllo, trasversali e case report, focalizzati su definizione, eziologia e fattori di riacutizzazione del LBP. I criteri di inclusione prevedevano partecipanti ≥ 18 anni, studi in inglese con full-text disponibile, mentre sono stati esclusi studi non pertinenti o su popolazioni con problemi linguistici. La selezione è stata effettuata dall'autore con il supporto di un secondo revisore in caso di dubbi.

Risultati:

I risultati ottenuti da questo studio sono stati che flare-up nel Low Back Pain (LBP) è definito come un peggioramento dei sintomi che dura da ore a settimane, difficile da sopportare e con impatto sulla vita quotidiana ed emotiva. La definizione attuale è stata stabilita nel 2019 attraverso un consensus di esperti, confrontando diverse terminologie simili. Uno studio ha evidenziato che fattori come qualità del sonno, affaticamento e paura dell'attività fisica influenzano l'insorgenza del flare-up. Inoltre, la percezione del flare-up è altamente soggettiva, variando tra individui. Fattori psicosociali e lavorativi, come il supporto sociale, possono influenzare la cronicizzazione del dolore lombare.

Conclusioni:

In conclusione, la letteratura sul flare-up nel LBP è ancora limitata, sono necessari ulteriori studi che indaghino al meglio l'eziologia di tale fenomeno rifacendosi non soltanto alla prospettiva personale del soggetto con LBP ma cercando di condurre uno studio con fattori più oggettivi. Sicuramente il LBP in sé è una patologia da trattare con approccio multidisciplinare perché è esso stesso multifattoriale ed è molto legato alla singola storia clinica del soggetto.

Bibliografia:

1. Costa, Nathalia et al. "A Definition of 'Flare' in Low Back Pain: A Multiphase Process Involving Perspectives of Individuals With Low Back Pain and Expert Consensus." *The Journal of Pain*, vol. 20, no. 11, 2019, pp. 1267–1275. doi:10.1016/j.jpain.2019.03.009.
2. Suri, Pradeep et al. "Convergent validity of a person-dependent definition of a low back pain flare." *medRxiv : the preprint server for health sciences* 2025.01.11.25320390. 13 Jan. 2025, doi:10.1101/2025.01.11.25320390.
3. Suri, Pradeep et al. "The Flares of Low back pain with Activity Research Study (FLAREs): study protocol for a case-crossover study nested within a cohort study." *BMC musculoskeletal disorders* vol. 23,1 376. 21 Apr. 2022, doi:10.1186/s12891-022-05281-1