

## OSTEOPATIA E MAL DI SCHIENA NEGLI OBESI

L'obesità è una patologia che può predisporre ad altre situazioni problematiche, tra cui il rischio di sviluppo di condizioni croniche (cioè di lunga durata), prima tra tutte il mal di schiena.

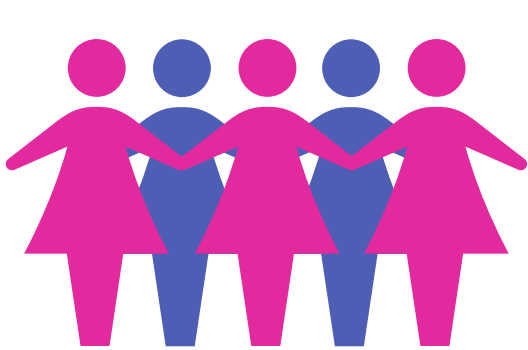
Il trattamento manipolativo osteopatico, se integrato in un programma riabilitativo, può fare la differenza nella gestione del dolore e della disabilità.

### PERCHÈ QUESTO STUDIO?

Ormai a livello mondiale, ci sono condizioni croniche e patologie diffuse ovunque, con sempre maggior importanza.

La connessione tra obesità e dolore cronico è da tempo stata riconosciuta, ma cosa fare?

Migliorare il proprio stile di vita è fondamentale, oltre a terapie ben mirate ed adeguate. Questo studio ci aiuta a capire il potenziale dell'integrazione del trattamento manipolativo osteopatico nella cura in caso di persone con obesità.



### CHI È STATO COINVOLTO

19 donne con problemi di obesità con dolore cronico lombare. I soggetti dello studio sono stati divisi in due gruppi: il primo gruppo ha svolto solo esercizi specifici, mentre il secondo gruppo in aggiunta ha ricevuto una sessione di 45' di trattamento manipolativo osteopatico.

### COSA È STATO CERCATO?

I punti chiave dello studio sono stati l'analisi 3D del movimento della mobilità toracica e la valutazione di dolore e disabilità provata da ciascuna persona durante l'esecuzione di una serie di movimenti che interessavano appunto la colonna vertebrale, secondo scale di misurazione validate a livello internazionale.



### COSA È STATO VISTO?

Soltanto il gruppo che ha abbinato il trattamento manipolativo osteopatico (TMO) agli esercizi ha ottenuto un miglioramento del movimento toracico (di quasi il 20%). Entrambi gli approcci miglioravano l'intensità di dolore e la disabilità percepita, ma il miglioramento è ben maggiore se la strategia riabilitativa prevede anche TMO.

### PERCHÈ CI INTERESSA?

Nonostante il numero ridotto di soggetti, questo studio ci dimostra come l'osteopatia in persone con obesità, combinata ad integrazione di esercizi specifici, possa avere un ruolo importante nel migliorarne la qualità di vita, contribuendo al miglioramento della mobilità della colonna dorsale. Una strategia che tenga conto di approcci passivi (manipolativi) ed attivi (basati sul movimento) sembra essere promettente.



**Vuoi sapere di più circa l'articolo riportato?**

**Eccolo qua!**

<https://www.tuttosteopatia.it/pubblicazioni/trattamento-manipolativo-osteopatico-nei-pazienti-obesi-con-lombalgia-cronica-uno-studio-pilota>