

Lavoro vincitore del premio SIMFER 2005 per la ricerca in riabilitazione

# Valutazione dell'efficacia della riabilitazione cognitivo-comportamentale secondo il protocollo Schienattiva per il paziente con lombalgia cronica tramite scale di disabilità e di qualità della vita

Monticone M, Romano M, Ziliani V, Negrini S  
ISICO (Istituto Scientifico Italiano Colonna vertebrale), Milano

## 1 Background

La letteratura contemporanea prevede un approccio bio-psico-sociale al paziente con Low Back Pain (LBP) cronico. Secondo questa visione, l'approccio cognitivo-comportamentale rappresenta la tecnica di approccio con maggiori risultati in ambito clinico.

## 2 Principi dell'approccio cognitivo-comportamentale

- Riconoscere il legame esistente tra modo di pensare, emozioni e comportamento.
- Identificare e modificare i modi di pensare e di comportarsi inutili per il miglioramento sintomatologico.
- Gestire la propria disabilità nei diversi momenti della vita quotidiana.

## 4 Obiettivi

Valutare l'efficacia dell'intervento cognitivo-comportamentale Schienattiva in pazienti con lombalgia cronica, mediante l'utilizzo di specifiche scale di disabilità e di qualità della vita.

## 3 Il protocollo Schienattiva

Il protocollo Schienattiva proposto da ISICO è un trattamento di cinesiterapia cognitivo-comportamentale, ossia utilizza gli esercizi e gli insegnamenti ergonomici e fornisce le attuali conoscenze scientifiche in modo graduale e progressivo per consentire una modificazione delle strategie di confronto con la patologia e la disabilità. L'équipe terapeutica riabilitativa è multidisciplinare e collabora attivamente in tutte le sue componenti al conseguimento del risultato. Il principio dell'efficienza, coniugato con le necessità terapeutiche cognitivo-comportamentali, ha portato a sviluppare un protocollo di 4-6 mesi di lavoro domiciliare con sole 6 sedute individuali di 90 minuti presso l'Istituto.

## 5 Metodi

Disegno dello studio: studio retrospettivo.  
Popolazione. Sono stati inclusi nello studio pazienti con mal di schiena comune cronico in assenza di cause secondarie spinali, comorbidità gravi e senza limiti di età. I pazienti sono stati ammessi presso l'ambulatorio di riabilitazione dell'Istituto Scientifico Italiano Colonna Vertebrale (ISICO) di Milano durante l'anno 2005.

## 6 Tipologia di trattamento

Il trattamento si è sviluppato in sei sedute, distanziate tra loro di circa 20 giorni l'una dall'altra. Il trattamento è stato definito Kinesiterapia cognitivo-comportamentale con esercizi attivi specifici per il recupero della disfunzione fisica vertebrale, uniti a nozioni cognitivo-comportamentali. I pazienti sono stati invitati ad eseguire a casa gli esercizi appresi presso l'Istituto (40-45' die). Durante ogni incontro il piano di lavoro degli esercizi è stato rivalutato e cambiato, arricchendo progressivamente le nozioni cognitivo-comportamentali.

## 7 Strumenti di valutazione

- Sono stati somministrati alla I seduta e alla VI seduta:
  - VAS
  - Roland Morris
  - Fear Avoidance Behaviour.
- L'impatto della terapia cognitivo-comportamentale è stata valutato in diversi gruppi: "popolazione generale", "stesso rieducatore" (in cui il trattamento è stato condotto dallo stesso operatore), "più rieducatori" (in cui il trattamento è stato condotto da più operatori), "singoli operatori".

## 8 Analisi statistica

Valutazione dei risultati ottenuti dai questionari somministrati ai pazienti selezionati, mediante analisi parametrica t-test.  
Valori di  $p < 0.05$  sono stati considerati significativi. Si sono presi in considerazione anche le variazioni clinicamente significative.

## 9 Risultati

49 soggetti inclusi, 23 femmine e 26 maschi.  
Il dolore (VAS) e la disabilità (Roland Morris) si sono ridotti in modo statisticamente e clinicamente significativi nella popolazione generale e in ogni sotto-popolazione ( $p < 0.05$  e  $p < 0.01$ ).  
Differenze tra i sottogruppi emergono nella scala FAB in cui si riscontra una forte significatività ( $p < 0.01$ ) unicamente nella sotto-popolazione "singolo rieducatore" e in uno solo di essi.

## 10 Discussione

I dati di questo studio riportano la possibilità di ridurre, con significatività statistica e clinica, il dolore (VAS) e la disabilità (Roland Morris) attraverso il trattamento di kinesiterapia cognitivo-comportamentale Schienattiva proposto ai pazienti inclusi nel trial.  
I risultati alla scala FAB (pensieri e convinzioni) e relativi parziali di test non sono significativi, con l'eccezione di un singolo rieducatore: questa particolare scala di valutazione evidenzia come l'effetto "umano" nella terapia cognitivo-comportamentale possa divenire elemento determinante in termini di outcome.

## 11 Conclusione

Vi è la possibilità di integrare specifiche tecniche di riabilitazione motoria vertebrale a tecniche più propriamente psicoterapiche, con soddisfacenti risultati nel breve termine per i pazienti con LBP cronico.

### Popolazione generale

M	P	I	M	P	I	M	P	I
66%	0%	34%	80%	3%	17%	47%	38%	15%
RM $p < 0.05$			VAS $p < 0.05$			FAB NS		

### Stesso rieducatore

M	P	I	M	P	I	M	P	I
55%	0%	45%	77%	4%	19%	46%	54%	0%
RM $p < 0.05$			VAS $p < 0.05$			FAB NS		

### Cambio rieducatore

M	P	I	M	P	I	M	P	I
50%	0%	50%	100	0%	0%	0%	75%	25%
RM $p < 0.05$			VAS $p < 0.05$			FAB NS		

### Rieducatore 1

M	P	I	M	P	I	M	P	I
70%	0%	30%	100	0%	0%	50%	50%	0%
RM $p < 0.05$ (2-20)			VAS $p < 0.05$ (0-10)			FAB NS (10-100)		

### Rieducatore 2

M	P	I	M	P	I	M	P	I
33%	0%	67%	80%	0%	20%	100	0%	0%
RM $p < 0.05$ (3-11)			VAS $p < 0.05$ (1-9)			FAB $p < 0.05$ (19-62)		

### Rieducatore 3

M	P	I	M	P	I	M	P	I
54%	0%	46%	61%	8%	31%	49%	51%	0%
RM $p < 0.05$ (0-19)			VAS $p < 0.05$ (0-8)			FAB NS (0-78)		

1. Nachemson A., Jonsson E. Neck and back pain. The scientific evidence of causes, diagnosis and treatment. New York: Lippincott Williams & Wilkins; 2000

2. Waddell G. Volvo Award in Clinical Sciences. A new clinical model for the treatment of LBP. Spine 1987;12(7):632-44

3. Pincus T Cognitive-Behavioural Therapy and Psychosocial Factors in LBP. 2002 Spine;27(5) pp. E133-138

4. Van Tulder MW, Ostelo R, Vlaeyen JW, Linton SJ, Morley SJ, Assendelft WJ. Behavioural treatment for chronic low back pain: a systematic review within the framework of the Cochrane Back Review Group. Spine 2000 15;25(20):2688-99

5. Ostelo R et al. Behavioural treatment for Chronic LBP. 2005 Cochrane Database Syst. Rev.