

PREVALENZA DELLA LOMBALGIA NEI GIOVANI CALCIATORI: UNO STUDIO TRASVERSALE

Tessera S., Taiana M., Zaina F., Casolo F., Vago P., Negrini S.
ISICO (Italian Scientific Spine Institute), Milan, Italy – Università Cattolica, Milan, Italy

Obiettivo della ricerca

Il principale scopo della ricerca è stato quello di valutare se uno sport come il calcio ha effetti positivi o negativi sulla lombalgia e quindi capire se annoverare il calcio fra gli sport che favoriscono o che prevengono il mal di schiena.



N*	DOMANDA	SOCCER		SCHOOL		P > t
		SI	NO	SI	NO	
12	Hai mai avuto mal di schiena?	29.6%	70.3%	64.2%	35.8%	<0,0001
14	Adesso hai mal di schiena?	3.2%	96.8%	12.1%	87.9%	<0,0001
15	Negli ultimi 15 gg hai avuto mal di schiena?	11.1%	88.9%	38.8%	61.2%	<0,0001
28	Sei mai dovuto restare a casa per il mal di schiena?	9,0%	91,0%	23,9%	76,1%	<0,0001
29	Il mal di schiena ti ha mai limitato nelle attività quotidiane?	9,5%	90,5%	54,9%	45,1%	<0,0001
30	Hai mai dovuto fare una visita medica per colpa del mal di schiena?	4,2%	95,8%	22,7%	77,3%	<0,0001
31	Hai mai dovuto fare una radiografia per colpa del mal di schiena?	2,6%	97,3%	10,0%	90,0%	0,0003

Materiali e metodi

Abbiamo valutato 189 ragazzi di età compresa tra i 9 e i 16 anni praticanti calcio a livello agonistico 2/3 volte la settimana e li abbiamo confrontati con un gruppo di controllo di 668 studenti italiani (Scuola Secondaria di Primo grado).

Ad ognuno dei soggetti analizzati è stato dato da compilare un questionario composto da 67 domande, già utilizzato per ricerche precedenti sulla lombalgia nella scuola. Tale questionario comprendeva sia domande più generali sullo stile di vita dei soggetti, sia domande più specifiche sul rapporto che i soggetti hanno con il mal di schiena. Abbiamo analizzato statisticamente le risposte con il Test Chi Quadro.

Delle 67 domande sono state scelte quelle più significative e sono state confrontate tra i due gruppi.

Risultati

I risultati hanno evidenziato una prevalenza minore della lombalgia nei giovani calciatori rispetto al gruppo di controllo.

Inoltre il mal di schiena non preoccupa molto i calciatori e li limita meno nelle proprie attività quotidiane rispetto al gruppo di controllo. I risultati di questa ricerca dimostrano che i giovani calciatori soffrono meno di mal di schiena rispetto al gruppo di controllo.

Non essendoci su questo argomento studi di riferimento in letteratura, non è stato possibile ottenere un confronto con simili ricerche.

Conclusioni

Al termine di questo studio le evidenze non ci permettono di rispondere con certezza alla nostra domanda iniziale:

“Il calcio è uno sport che favorisce o che previene l’insorgenza della lombalgia?”

anche se dai nostri dati certamente i giocatori di calcio in età evolutiva non presentano una significativa prevalenza di lombalgia.

Non è però possibile stabilire una relazione di causa - effetto da questi dati.