

# GIORNATA MONDIALE DELLA FISIOTERAPIA

8 SETTEMBRE



## SOFFRI DI MAL DI SCHIENA?

**VIENI A TROVARCI NEI NOSTRI AMBULATORI DI FISIOTERAPIA**

- CPO VIALE VEGA 3 - OSTIA

- POLIAMBULATORIO CONI ZUGNA, VIA CONI ZUGNA 173 - FIUMICINO

PER MAGGIORI INFORMAZIONI

 06 56481



**A Fiumicino e Ostia ambulatori per counseling e terapie, in 12 mesi  
trattati circa 200 pazienti**

**Una epidemia globale:** È cos'è che la World Physiotherapy definisce il mal di schiena patologia che, in occasione della Giornata Mondiale della Fisioterapia dell'8 settembre, è stata individuata come tema di interesse fisioterapico per celebrare la ricorrenza.

La ASL Roma 3 ha deciso di aderire all'iniziativa con l'obiettivo di informare i cittadini del territorio sui servizi attualmente a disposizione **a Ostia e a Fiumicino, due ambulatori fisiatrici dedicati**, che tra le tante attività offerte forniscono anche il trattamento, la cura e il counseling del mal di schiena.

**OSTIA** La prima struttura si trova all'interno del CPO di Ostia ed è riservata quasi esclusivamente ai pazienti che sono già in cura presso il centro paraplegici, o a chi è stato precedentemente ricoverato nelle degenze del presidio al fine di garantire continuità e completamento del progetto riabilitativo. **In prevalenza vengono trattati anche i disturbi del rachide correlati alla patologia principale.** Possono accedere anche pazienti che hanno necessità di trattamenti di urgenza.

**FIUMICINO** Il secondo ambulatorio fisiatico si trova all'interno del Poliambulatorio Coni Zugna di Fiumicino. Qui i cittadini del territorio della ASL Roma 3 **possono accedere prenotando attraverso il Recup e con una semplice richiesta del medico curante.** Vengono erogate prestazioni di rieducazione posturale, individuale e a piccoli gruppi, a persone con problemi di mal di schiena, sia in fase acuta che stabilizzata.

**“In autunno, sarà organizzato dalla nostra ASL un Open Day dedicato alle persone con problemi di mal di schiena, nel corso dell'evento i fisioterapisti forniranno indicazioni e consigli ai cittadini su come autogestire al meglio la loro condizione funzionale – spiega Francesca Milito, Direttore Generale della ASL Roma 3 –** Insieme all'esercizio fisico l'autogestione resta la migliore strategia per il mal di schiena, che rappresenta la prima causa di disabilità a livello mondiale, **perché 1 persona su 13 soffre di questa patologia con dati in crescita anche sul nostro territorio”.**

**“L'ambulatorio all'interno del CPO è aperto da quasi un anno e i pazienti trattati finora sono stati più di 50. Insieme all'Ambulatorio di Fisioterapia di Fiumicino – spiega Loredana Gigli, Dirigente delle Professioni Sanitarie della Riabilitazione della ASL Roma 3 –** in un anno la nostra ASL ha preso in cura un totale di circa 200 persone affette da mal di schiena. E questo perché parliamo di una patologia comune, che può colpire a qualsiasi età, e che nel 90% dei casi è 'non-specifica', che significa che nessuna struttura definita (ad esempio articolazioni, legamenti, muscoli) è identificabile come causa, e che non esiste una malattia sottostante grave o specifica. **Spesso, il mal di schiena è causato da una combinazione di fattori, fisici e anche psicologici e può essere associato a cattive abitudini e stili di vita.**

In questi casi, la sintomatologia regredisce in 3-4 settimane. Solo in una piccola percentuale di casi si sviluppa una condizione persistente, di durata superiore a 3 mesi. **Rivolgersi a un fisioterapista Ã il primo passo da compiere. Fare attivitÃ fisica Ã il secondo;** riposo prolungato e inoperositÃ possono provocare un peggioramento, una maggiore disabilitÃ e un rallentamento della guarigione”.

**Maggiori informazioni sulla fisioterapia e sui servizi offerti dalla ASL Roma 3 sono disponibili sul sito aziendale.**