

## Il mal di schiena e il rientro al lavoro

*Gwenllian Wynne-Jones, Occupational and Environmental Medicine, 2013*

---

*Alessandra Negrini*

Il mal di schiena ha una prognosi favorevole. La maggior parte degli individui con il mal di schiena recupera in termini sia di dolore che di disabilità, nonostante il mal di schiena sia spesso ricorrente. Una nuova revisione sistematica e una meta-analisi suggeriscono che questa prognosi favorevole si estende anche al rientro al lavoro dopo episodi di mal di schiena.

Gwenllian Wynne-Jones ha raggruppato i risultati di 45 studi prospettici su lavoratori con lombalgia e ha trovato che il 15.5% di loro si assenta dal lavoro. Il tasso di rientro al lavoro è del 68.2% nel primo mese, 85.6% nei primi sei mesi e 93.3% nei tempi successivi. Tuttavia non c'è modo di sapere con certezza se i risultati di questi 45 studi siano generalizzabili a tutte quelle persone nel mondo che perdono il lavoro a causa del mal di schiena.

Ma si tratta in ogni caso di cifre coerenti con altre ricerche che suggeriscono che solo una minoranza di lavoratori con mal di schiena va incontro a disabilità sul lavoro a lungo termine. Inoltre, quel 31.8% di lavoratori che dopo un mese è ancora assente dal lavoro cerca in tutti i modi di trovare strategie per accelerare il ritorno alla propria occupazione.