

E ora il mal di schiena è un problema da giovani

LO STUDIO

Hanno vent'anni ma, tra malanni e acciacchi, sono messi peggio dei nonni. Lordosi e dolori al nervo sciatico i problemi più diffusi. Sempre più giovani soffrono quotidianamente di mal di schiena: cinque su dieci, secondo la Società italiana di ortopedia e traumatologia. Le cause? I ragazzi si muovono poco e stanno molto tempo davanti a computer o tablet. Il dolore è conseguenza di posture scorrette.

I più a rischio lombalgia sono gli under 30 che passano fi-

no a 10 ore al giorno a navigare sul web dal divano. «Ad oggi le patologie della colonna vertebrale, non sono più appannaggio soltanto della terza età. Anzi», sottolinea Marcello Bartolo, responsabile dell'Unità di Neuroradiologia diagnostica e terapeutica dell'Irccs **Neuromed** di Pozzilli (Isernia).

LO SPORT

«Molti giovani, anche praticanti attività sportive - spiega lo specialista - sono soggetti a ernie del disco o sindromi dolorose lombari. Da noi sempre più spesso giungono pazienti giovani con patologie della colonna vertebrale. Hanno tra i 20 e i 30 anni, in particolare ragazze, conducono una vita sedentaria e molte volte sono obesi. Per prevenire queste condizioni morbose della colonna vertebrale è necessaria una giusta e moderata attività sportiva per la correzione soprattutto delle posture sbagliate», raccoman-

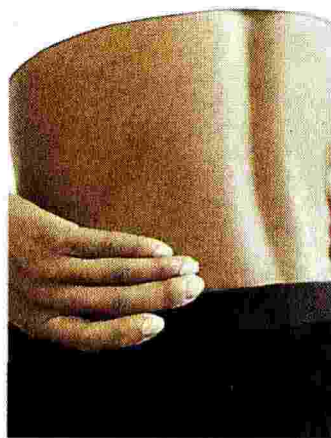
da.

LA TERAPIA

Nel dipartimento di Neuroradiologia diagnostica e terapeutica di **Neuromed**, nel 2016, sono state eseguite oltre 80 mila prestazioni. «Nell'Unità diagnostica e terapeutica - prosegue Bartolo - vengono eseguiti esami di varie tipologie, da quelli radiografici diretti del cranio e della colonna, allo studio in Tac o Rm di tutte le patologie del sistema nervoso centrale. Non solo dal punto di vista diagnostico, ma anche dal punto di vista terapeutico».

© RIPRODUZIONE RISERVATA

**TROPPO TEMPO
PASSATO SU PC
E SMARTPHONE:
NECESSARI ESAMI
MIRATI E MODERATA
ATTIVITÀ FISICA**



DOLORE Crescono gli under 30 con forti lombalgie

