



## SALUTE: EPIDEMIA MAL DI SCHIENA, INCONTRO A ROMA SU FATTORI RISCHIO E PREVENZIONE

Roma, 23 feb. (AdnKronos Salute) - Epidemia mal di schiena. È la seconda causa più frequente di dolore dopo l'emicrania e in Italia ne soffrono, anche solo sporadicamente, circa 15 milioni di persone, oltre 2 mln in maniera cronica. Il più delle volte il disturbo è dovuto a 'errori' nella vita quotidiana: uno sforzo fisico improvviso o improprio, una posizione sbagliata nel sonno o al lavoro, i chili di troppo, i muscoli poco allenati. Le ultime ricerche, però, dimostrano un nuovo stretto legame tra l'umore e i dolori, sia muscolari che articolari. Di fattori di rischio e della prevenzione basata su un corretto stile di vita e su controlli periodici, si parlerà giovedì 26 febbraio, dalle ore 17.30, durante l'incontro gratuito «Schiena, spalle e ginocchia i dolori delle donne: come riconoscerli e vincerli», promosso e organizzato a Roma - alla Parrocchia San Vincenzo Pallotti a Pietralata - dalla onlus Atena Donna ([www.atenaonlus.org](http://www.atenaonlus.org)), presieduta da Carla Vittoria Cacace Maira. Sarà la dottoressa Donatella Fiore, reumatologa dell'ospedale Santo Spirito di Roma, a spiegare come proteggersi dal mal di schiena e dal dolore alle ginocchia e alle spalle, dall'adolescenza alla menopausa. Da oltre un anno obiettivo di Atena Donna, l'associazione della Fondazione Atena di Giulio Maira, professore di Neurochirurgia all'Humanitas di Milano e il Campus Biomedico di Roma, è avvicinarsi a quelle donne poco preparate che più di tutte hanno bisogno di aiuto, spiegando loro in modo semplice come tutelare la salute, cancellando falsi miti e paure. (Mad/AdnKronos) 23-FEB-15 16:30 NNN