

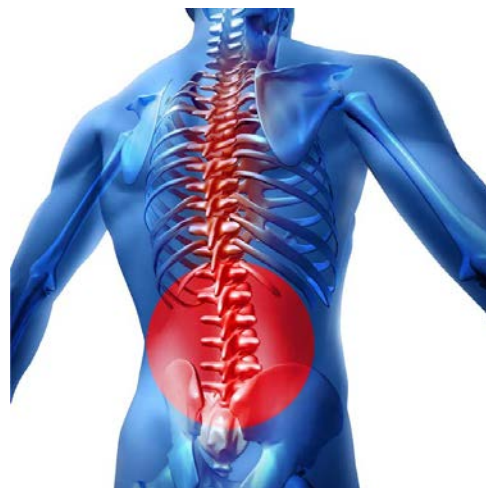
# Lombalgia: falsi miti e rimedi reali

## martedì 17 aprile – h18:00-20:00

...La **lombalgia**, comunemente chiamata anche **mal di schiena**, è una problematica che in passato era tipica dell'età avanzata; ora, complice la sedentarietà e la scorretta postura soprattutto sul luogo di lavoro, questa patologia è sempre più diffusa anche nelle fasce di età sempre più giovani...

Eni Polo Sociale è lieta proporre questa conferenza nella quale affronteremo il tema della lombalgia con un approccio multidisciplinare.

La lombalgia è una problematica diffusa, che tende spesso a diventare cronica e molte volte interferisce con la vita quotidiana di chi ne è colpito. I sintomi hanno spesso più di una causa: questa loro natura multifattoriale, da un lato, rende complessa la loro risoluzione, dall'altro può rendere difficile la scelta del trattamento o dello specialista a cui rivolgersi.



In questo incontro ci proponiamo di informare i partecipanti circa le **cause principali di lombalgia**, sfatando alcuni luoghi comuni e fornendo strumenti per orientarsi al meglio tra le **varie opzioni terapeutiche**. Inoltre, approfondiremo il ruolo dell'**esercizio fisico** e dell'**alimentazione** nella gestione della problematica, in particolare l'importanza di quest'ultima nel controllo dell'infiammazione.

I relatori sono: la **dott.ssa Ariella Roncarati** biologa nutrizionista e la **dott. Federica Baratelli**, fisioterapista.

Il seminario si terrà presso lo **spazio di Eni Polo Sociale** in via Unica Bolgiano 2, al costo di **10€**. Prenotazioni contattando la segreteria:

- telefono: 02 520 42713 / 47108
- email: [polosociale@eni.com](mailto:polosociale@eni.com)