

INTRODUCTION

La lombalgie se définit comme une douleur localisée entre la 12^{ème} côte et les plis fessiers inférieurs, avec ou sans douleur dans l'un ou les deux membres inférieurs et persistant au moins une journée (Krismer & al., 2007 ; Hoy & al., 2014). Se résorbant d'elle-même, le problème survient lorsque la persistance des symptômes excède le temps normal de guérison : aigüe pour moins de 6 semaines, subaigüe entre 6 et 12 semaines et chronique lorsqu'elle excède 3 mois (Rozenberg, 2008 ; O'Sullivan, 2005). « Prétexte à plus d'invalidité que toute autre affection » selon Celletti & al (2020) ; son apparition rime bien souvent avec suspension (d'activité, de travail, du bien-être, etc.). Mal comprise et difficilement inéluctable, ses origines restent multiples. Des facteurs pouvant être liés à la personne (stress, anxiété, dépression, etc.) et/ou à la tâche réalisée (traumatismes aigus ou bien répétitifs, surmenage chronique, douleurs référées, etc.) et/ou à l'environnement (manque d'information, conditions d'exercice, manque de soutien, etc.) (Hoy & al., 2010) ; que ce soit chez la personne sédentaire ou bien chez les plus sportifs (Patel & al., 2017).

Depuis de nombreuses années, la lombalgie est ancrée au sein des 10 principales causes d'AVH dans chaque pays (Vos & al., 2015). Et son taux ne cesse d'augmenter : +54% entre 1990 et 2015, tout comme les coûts qui lui sont rattachés (Hartvigsen & al., 2018 ; Arendt-Nielsen & al., 1996). En 2012, la prévalence de la lombalgie chronique était d'environ 23% et approximativement 12% de la cette population était handicapée par celle-ci (Balagué & al., 2012). Des chiffres lui octroyant le titre de « principale cause d'invalidité dans le monde » selon Hartvigsen et al. (2018) et des adjectifs tels que « problème à l'échelle mondiale » (Hoy & al., 2012) ou bien « fardeau économique » (Balagué & al., 2012). Il a été estimé, qu'à un moment donné, la plupart des gens y sont confrontés (Hoy & al., 2010), en particulier les femmes et les personnes âgées de 40 à 80 ans (Hoy & al., 2012). Ce serait environ 15% des adultes qui en souffrirait à un moment donné de leur vie (Krismer & al., 2007), et le vieillissement de la population ne risque pas d'en atténuer la tendance.