



**Le vertebre cervicali sono sette e sono la parte più mobile del collo. Il tratto cervicale ha una curvatura di circa 36° a convessità anteriore –detta lordosi– che varia in relazione alle modificazioni delle altre curve rachidee e in genere è più evidente nelle persone anziane. Come ben spiegato dal fisioterapista Mauro Olivieri il dolore cervicale si caratterizza con diversi sintomi come dolore al collo, mal di testa, cefalea, emicrania, senso di sbandamento e vertigini. Il 90% delle cefalee è muscolo tensiva ed è la più comune. I fattori di rischio sono la postura scorretta poco modificabile. La cefalea ha maggior tendenza nel contesto femminile e la durata/ frequenza è molto variabile. Le altre problematiche sono “ il torcicollo ” dovuto a contratture muscolari laterali del collo transitori.”**

**L’artrosi cervicale” è invece una sindrome degenerativa dolorosa provocata da usura. La “Brachialgia “ definisce una condizione dolorosa a livello del braccio dovuta a schiacciamento o irritazione di un nervo spinale del collo.**

**“Ernia cervicale” è una sporgenza del disco intervertebrale che comprime le radici nervose dell’arto superiore e talvolta anche il midollo spinale. Le terapie sono esercizi per la colonna cervicale, radiofrequenza a bassa intensità, laserterapia, tens, trazioni cervicali e terapie manuali.**