

STRATEGIE DI PERSONALIZZAZIONE DELL'ESERCIZIO TERAPEUTICO CERVICALE, UNA SCOPING REVIEW.



Autore: Dr. Michele La Piana

Relatore: Dr. Muhamed Sivic

INTRODUZIONE E OBIETTIVI

L'esercizio terapeutico ha assunto nel tempo sempre più rilevanza nel trattamento della maggior parte dei disturbi muscoloscheletrici, dimostrandosi una strategia riabilitativa efficace, praticabile in autonomia, vantaggiosa dal punto di vista economico e sociale. Sebbene le attuali evidenze ne supportino l'utilizzo in diversi quadri clinici del distretto cervicale, ancora oggi in letteratura emergono lacune inerenti ai criteri che ne guidino la somministrazione. Poiché la scelta dell'esercizio dovrebbe essere centrata sulle caratteristiche del paziente, le sue esigenze e in accordo con le sue preferenze, questa scoping review è nata con l'obiettivo di mappare la letteratura alla ricerca delle migliori strategie di personalizzazione che tengano conto di questi elementi.

MATERIALI E METODI

La presente scoping review è stata svolta seguendo il PRISMA statement, consultando la banca dati Medline e formulando la stringa di ricerca secondo il modello PCC, adatto a questo tipo di revisione. Sono stati inclusi RCT, revisioni sistematiche e metanalisi, scritte in lingua inglese e di cui è stato possibile reperire il full text; il processo di selezione ha seguito i criteri del PRISMA flow diagram.

RISULTATI

Sono stati reperiti 296 articoli mediante lancio della stringa di ricerca, di cui otto sono stati inclusi nella revisione. Questi lavori, riguardanti il dolore cervicale non specifico, sono stati classificati in due categorie: un sottogruppo in cui il criterio della personalizzazione dell'esercizio era basato sulle richieste lavorative ed uno in cui era basato sugli esiti della valutazione iniziale. L'esercizio terapeutico somministrato secondo il razionale di questa classificazione ha portato ad esiti incoraggianti, seppur eterogenei, mentre l'analisi degli stessi articoli non ha permesso di definire strategie di esercizio individualizzato efficaci sulla base delle caratteristiche intrinseche dei singoli pazienti.

CONCLUSIONI

Tramite questa scoping review non è stato possibile reperire informazioni utili ai fini della personalizzazione dell'esercizio terapeutico cervicale sulla base delle caratteristiche interne dei pazienti, mentre una strategia fondata sulla suddivisione dei soggetti in sottogruppi più ampi è sembrata condurre ad esiti migliori, mostrando tuttavia una variabilità notevole fra i diversi studi considerati. In entrambi i casi, dunque, ulteriori approfondimenti appaiono necessari allo scopo di fornire prove più solide, che supportino la strutturazione di un programma riabilitativo realmente incentrato sulle peculiarità della persona.

BIBLIOGRAFIA

1. Rasmussen-Barr E, Halvorsen M, Bohman T, Boström C, Dederig Å, Kuster RP, Olsson CB, Rovner G, Tseli E, Nilsson-Wikmar L, Grooten WJA. Summarizing the effects of different exercise types in chronic neck pain - a systematic review and meta-analysis of systematic reviews. BMC Musculoskelet Disord. 2023 Oct 12;24(1):806.
2. Rasotto C, Bergamin M, Sieverdes JC, Gobbo S, Alberton CL, Neunhaeuserer D, Maso S, Zaccaria M, Ermolao A. A tailored workplace exercise program for women at risk for neck and upper limb musculoskeletal disorders: a randomized controlled trial. J Occup Environ Med. 2015 Feb;57(2):178-83.
3. Svedmark Å, Djupsjöbacka M, Häger C, Jull G, Björklund M. Is tailored treatment superior to non-tailored treatment for pain and disability in women with non-specific neck pain? A randomized controlled trial. BMC Musculoskelet Disord. 2016 Sep 30;17(1):408.
4. Villanueva-Ruiz I, Falla D, Lascrain-Aguirrebeña I. Effectiveness of Specific Neck Exercise for Nonspecific Neck Pain; Usefulness of Strategies for Patient Selection and Tailored Exercise-A Systematic Review With Meta-Analysis. Phys Ther. 2022 Feb 1;102(2):pzab259.