

TENDINOPATIA DEI PERONIERI: INQUADRAMENTO E TRATTAMENTO

Revisione narrativa della letteratura



Autore: Dott. Ft. Manuel Montanini

Relatrice: Dott.ssa Ft. OMPT, MSc Alessandra Lorenzi



INTRODUZIONE

La tendinopatia dei peronieri è una condizione relativamente rara e spesso sottodiagnosticata, responsabile di dolore laterale di caviglia, rigidità e limitazioni funzionali, soprattutto nei soggetti sportivi. Può essere associata a sovraccarico funzionale, microtraumi ripetuti e alterazioni biomeccaniche del complesso piede-caviglia, come l'atteggiamento cavo-varo.

La revisione ha avuto due obiettivi: fornire un inquadramento diagnostico della patologia; confrontare l'efficacia del trattamento conservativo rispetto a quello chirurgico sugli outcome dolore (VAS) e funzione.



RISULTATI

Studi inclusi: 5 (2 case report, 3 case series).

- ✓ In un solo studio il trattamento conservativo multimodale ha portato alla completa risoluzione del dolore e a un miglioramento della funzione dopo 8 sedute.
- ✓ Negli altri studi, i casi refrattari al trattamento conservativo hanno mostrato benefici clinici dopo chirurgia (decompressione della guaina tendinea, tenotomia percutanea ecoguidata, ablazione a radiofrequenza).
- ✓ L'inquadramento diagnostico più affidabile richiede integrazione tra anamnesi, esame obiettivo e imaging.
- ✓ Ecografia dinamica e RMN sono strumenti utili, ma la tendoscopia rappresenta il reference standard diagnostico.
- ✓ Le evidenze disponibili sono limitate da campioni piccoli, studi descrittivi ed elevata eterogeneità degli interventi e degli outcome.



DIAGNOSI

- Anamnesi e test clinici mirati
- Ecografia dinamica
- RMN per fare diagnosi differenziale
- Tendoscopia: gold standard nei casi dubbi



TRATTAMENTO

- Conservativo: prima scelta (approccio multimodale)
- Chirurgico: indicato nei casi cronici/refrattari o recidivanti



MATERIALI E METODI

Revisione narrativa redatta secondo PRISMA-P e PRISMA 2020. Sono stati consultati i database Medline tramite PubMed e Cochrane Library. La ricerca è stata condotta nel periodo luglio 2025 – gennaio 2026 da un unico ricercatore.

- **Quesito:** Qual è l'efficacia del trattamento conservativo della tendinopatia dei peronieri, rispetto al trattamento chirurgico, nel ridurre dolore e disabilità?
- **P:** soggetti con diagnosi clinica e/o strumentale di tendinopatia dei muscoli peronieri
- **I:** trattamento conservativo (esercizio terapeutico, educazione, terapia manuale, terapia strumentale, terapia farmacologica)
- **C:** trattamento chirurgico
- **O:** dolore, disabilità
- **Criteri di inclusione:** studi in italiano/inglese, full-text disponibile, trattamento conservativo e/o chirurgico
- **Criteri di esclusione:** altre patologie prevalenti del distretto piede-caviglia, lesioni tendinee complete, patologie traumatiche reumatologiche
- **Selezione:** 395 record identificati (384 PubMed, 11 Cochrane), 28 full-text valutati, 5 studi inclusi



CONCLUSIONI

- ✓ La diagnosi di tendinopatia dei peronieri deve basarsi su un approccio integrato tra anamnesi ed esami clinici e strumentali; la tendoscopia è la metodica di riferimento nei casi di incertezza diagnostica.
- ✓ Il trattamento conservativo deve rappresentare la prima opzione terapeutica, preferibilmente con approccio multimodale e individualizzato.
- ✓ Nei casi cronici, refrattari o recidivanti, il trattamento chirurgico può rappresentare una valida opzione per ridurre dolore e recuperare la funzione.
- ✓ Non è possibile stabilire con certezza la superiorità di un trattamento sull'altro per la bassa qualità metodologica degli studi disponibili.
- ✓ Sono necessari studi prospettici di maggiore qualità, con campioni più ampi e outcome validati (AOFAS, LEFS).

Bibliografia essenziale

- 1- Brandes CB, Smith RW. Characterization of patients with primary peroneus longus tendinopathy: a review of twenty-two cases. Foot Ankle Int. 2000 Jun;21(6):462-8. doi: 10.1177/107110070002100602. PMID: 10884103.
- 2- Gray JM, Alpar EK. Peroneal tenosynovitis following ankle sprains. Injury. 2001 Jul;32(6):487-9. doi: 10.1016/s0020-1383(01)00051-1. PMID: 11476815.
- 3- Hensley CP, Kavchak AJ. Novel use of a manual therapy technique and management of a patient with peroneal tendinopathy: a case report. Man Ther. 2012 Feb;17(1):84-8. doi: 10.1016/j.math.2011.04.004. Epub 2011 May 13. PMID: 21570893.
- 4- Sussman WJ, Hofmann K. Treatment of Insertional Peroneus Brevis Tendinopathy by Ultrasound-Guided Percutaneous Ultrasonic Needle Tenotomy: A Case Report. J Foot Ankle Surg. 2019 Nov;58(6):1285-1287. doi: 10.1053/j.jfas.2019.04.004. PMID: 31679682.
- 5- Yeap EJ, Chong KW, Yeo W, Rikhray IS. Radiofrequency coblation for chronic foot and ankle tendinosis. J Orthop Surg (Hong Kong). 2009 Dec;17(3):325-30. doi: 10.1177/230949900901700317. PMID: 20065374.