

Salute: l'esperto, con maltempo aumento rischio cadute e lesioni alla spalla

LINK: <https://www.lasaluteinpillole.it/salute.asp?id=41001>

Salute: l'esperto, con maltempo aumento rischio cadute e lesioni alla spalla diventa fan Roma, 6 mar. (AdnKronos Salute) 12:00 Con l'arrivo di 'Burian bis', che nei prossimi giorni riporterà sul nostro Paese neve e ghiaccio, si ripresenta anche l'aumento di rischio cadute e traumi. Massima attenzione quindi ad articolazioni e spalle, avvertono gli esperti, che puntano il dito soprattutto sulle lesioni alla cuffia dei rotatori, la zona più colpita nella spalla. Si tratta - spiegano - di un insieme di tendini (5 se contiamo anche il capo lungo del bicipite) che avvolgono la testa omerale come una cuffia e sono fondamentali per movimenti di elevazione e rotazione del braccio insieme al deltoide. Ma come bisogna comportarsi a seguito di un trauma, laddove esista anche soltanto il sospetto di lesione della cuffia dei rotatori? "Evitare sempre il fai da te, anche quando il primo soccorso avvenga in prossimità di località sciistiche dove spesso è più difficile trovare centri ad alta specializzazione - raccomanda **Marco Maiotti**, primario dell'Uoc di Medicina e traumatologia dello sport, Ao San Giovanni Addolorata di Roma, specialista in Ortopedia e Medicina dello sport - Una diagnosi accurata è fondamentale: occorre eseguire una risonanza magnetica e chiedere immediatamente il consulto di uno specialista. Se viene riscontrata una lesione della cuffia dei rotatori - puntualizza - la terapia è quella chirurgica, con intervento in artroscopia in anestesia locale, necessaria per riparare i tendini". In assenza di una diagnosi precoce, i tendini in seguito all'usura si rompono e al solo sintomo del dolore si associa una difficoltà ad alzare il braccio e a vestirsi, come ad esempio infilarsi una giacca. "Solitamente, le terapie mediche e fisioterapiche sono solo dei palliativi e spesso peggiorano la situazione - osserva l'ortopedico - I farmaci, infatti, limitando il dolore, fanno sì che ci si muova di più con la spalla e si finisca per aggravare il danno. La fisioterapia mirata - sottolinea lo specialista - sarà indispensabile solo dopo aver eseguito il necessario trattamento chirurgico". Nel 2017 in Italia sono stati eseguiti 27.850 interventi di ricostruzione della cuffia dei rotatori. La causa sportiva è prevalente nella casistica di lesioni traumatiche, ma la patologia non è prerogativa soltanto di chi pratica sport come sci, pallanuoto o pallavolo: ben nell'85% dei soggetti, infatti, la causa è degenerativa e va a colpire per lo più individui avanti negli anni. "Come si nasce alti e bassi, con occhi chiari o occhi scuri - spiega Maiotti - si nasce con un osso della scapola chiamato acromion più o meno spesso, sotto il quale scorrono i tendini della cuffia dei rotatori. Nel caso l'acromion sia spesso, lo spazio di scorrimento si riduce e nei movimenti soprattutto di elevazione e di rotazione si usurano e provocano dolore". Secondo un'indagine del Registro nazionale degli interventi il 65% delle operazioni riguarda adulti over 50: ne conseguono costi sociali rilevanti, in quanto la patologia incide su individui in età da lavoro, con una stima, proiettata al 2025, di oltre un miliardo di euro di spesa a carico del Servizio sanitario nazionale.