

Ortopedici & Sanitari

ATTUALITÀ | ORTOPEDIA | TRAUMATOLOGIA | RIABILITAZIONE | RICERCA | AUSILI | TECNICA ORTOPEDICA

FLEBOLOGIA | CORSI



Home > Ortopedia > Sport e scoliosi, un nuovo studio ISICO

Ortopedia

Sport e scoliosi, un nuovo studio ISICO

Redazione 28 settembre 2022

11 0



I ragazzi con scoliosi possono o non possono praticare sport? Su questa annosa questione non si è ancora raggiunto un consenso a livello internazionale. Gli specialisti dell'Istituto Scientifico Italiano Colonna Vertebrale = ISICO sono convinti di sì. Tanto da aver dedicato a questo aspetto, nel corso degli anni, più di uno studio ad hoc.

L'ultimo, pubblicato su European Spine Journal, dimostra che lo sport supporta i miglioramenti a medio termine in soggetti con scoliosi, anche accentuata, che indossino il corsetto full time.

Alessandra Negrini, fisioterapista di ISICO e autrice della ricerca, spiega: «abbiamo

Leggi la rivista



n.6 - Settembre 2022

n.5 - Giugno 2022

n.4 - Maggio 2022

Edicola Web

Iscriviti alla newsletter

Farmacia News

Giornata mondiale farmacista, Mandelli (Fofi): «L'impegno della professione per la tutela della salute»

Demenze: al via un'indagine nazionale e altri progetti. L'Iss capofila

Il futuro della farmacia: l'evento EP25 a Milano

Dispositivi medici, in Gazzetta Ufficiale i decreti per l'adeguamento ai regolamenti europei

Tag

condotto uno studio di tipo retrospettivo ma con dati raccolti in modo prospettico, verificando l'evoluzione della scoliosi nel controllo radiografico da 6 a 18 mesi. In letteratura non esistono studi di questo tipo fino a ora».

Ciò non significa che la relazione tra sport e scoliosi non sia mai stata indagata, ma non con questo disegno di studio: esistono vari lavori, per lo più trasversali, che si concentrano su un unico sport, ma i risultati che portano sono controversi e, soprattutto non consentono di individuare una relazione di causa-effetto. Aspetto, invece, essenziale se si vuole fare di questi studi una base per modificare i percorsi terapeutici.

Più nello specifico il lavoro di **ISICO** ha cercato di «verificare l'effetto che l'attività sportiva e la relativa frequenza hanno su adolescenti con scoliosi idiopatica», sottolinea ancora Negrini. In tutto sono 785 i giovani presi in considerazione, di età media 12 anni e mezzo e con angoli di Cobb compresi tra 29° e 51°.

Di questi, 290 hanno praticato sport di varia natura in modo continuativo per tutto il periodo dello studio, ovvero 18 mesi, con una frequenza da due volte la settimana in su. Alcuni soggetti erano impegnati in attività agonistiche, mentre altri in varie attività sportive la settimana, a livello più amatoriale.

Per gli autori, in questo caso, era interessante valutare la pratica sportiva extra-scolastica in sé. I risultati evidenziano che praticare sport rinforza l'azione del corsetto: dopo 18 mesi, infatti, gli sportivi hanno evidenziato miglioramenti maggiore probabilità di miglioramento degli altri soggetti... inoltre, questa probabilità aumenta al crescere della frequenza sportiva.

Ciò conferma una delle credenze di **ISICO**, ovvero che «lo sport, praticato più volte a settimana anche a livello agonistico, ha effetti positivi per chi indossa il corsetto, pur non essendo una terapia specifica come gli esercizi, e non ha quindi nessun senso vietare l'agonismo a chi ha la scoliosi».

Un aspetto da non sottovalutare. Esistono studi in letteratura che associano l'agonismo sportivo a una maggiore incidenza di scoliosi, ma non è detto che la causa sia lo sport. Per fare un esempio, sono tante le ginnaste che sviluppano scoliosi: se però si osserva la loro conformazione fisica, si vedrà che hanno proprio le caratteristiche tipiche di chi sviluppa scoliosi... sono magre, filiformi, esili.

D'altra parte, vietare un'attività sportiva in età preadolescenziale può avere conseguenze psicologiche negative: lo sport, ancor più se è una passione, aiuta a confrontarsi con sé stessi e con gli altri, a delineare la propria personalità e il modo in cui si sta insieme ai pari. Conservarlo è importante.

Ora i ricercatori di **ISICO** intendono approfondire la questione e cercare di capire, per esempio, quali sono gli effetti di ogni singolo sport sulla patologia. Intanto, sarebbe utile che i ragazzi con scoliosi che ancora non lo fanno, venissero accompagnati a scegliere di iniziare una pratica sportiva.

(Lo studio: Negrini A, Poggio M, Donzelli S, Vanossi M, Cordani C, Romano M, Negrini S. Sport improved medium-term results in a prospective cohort of 785 adolescents with idiopathic scoliosis braced full time. SOSORT 2018 award winner. Eur Spine J. 2022 Sep 9. doi: 10.1007/s00586-022-07370-0. Epub ahead of print. PMID: 36083351)

Stefania Somaré

app artrite reumatoide artroplastica

artroplastica totale di ginocchio artrosi

ausili calzature caviglia

chirurgia vertebrale colonna vertebrale

corsetto **disabilità** ECM Fish

Fondazione Don Gnocchi **frattura**

ginocchio gomito gonartrosi ictus

intelligenza artificiale

Irccs Istituto Ortopedico Galeazzi

ISICO Istituto Ortopedico Rizzoli

legamento crociato anteriore

lombalgia mano ortesi ortopedia

osteoporosi piede

piede diabetico plantari

postura **protesi** protesica

protesi di ginocchio

riabilitazione

riabilitazione robotica **scoliosi**

spalla sport **stampa 3D**

Traumatologia tutore