

ORTOPEDIA

Elisa Papa

# Scoliosi migliorare l'aderenza agli esercizi

*Isico ha in corso uno studio che si propone di offrire nuove evidenze per migliorare l'aderenza terapeutica agli esercizi in pazienti con scoliosi. Una survey preliminare di tipo qualitativo, parte di questo studio, ha indagato, tra i pazienti e i loro genitori, i fattori che promuovono o ostacolano la compliance al trattamento*

**È** stato presentato a Melbourne in Australia in occasione della conferenza mondiale di SOSORT, la Società Internazionale per il trattamento ortopedico e riabilitativo della scoliosi, lo studio qualitativo realizzato da **Isico** che raccoglie la testimonianza dei pazienti e dei loro genitori per quanto riguarda l'aderenza agli esercizi di fisioterapia per la scoliosi. Dai risultati emersi dalla survey che ha caratterizzato questo lavoro, verrà redatto un questionario a più ampio respiro per approfondire secondo un approccio quanti-qualitativo l'argomento. Ne abbiamo parlato con la dottoressa Irene Ferrario psicologa di **Isico** e coautrice della ricerca.

## L'aderenza alla terapia

"Adherence to Physiotherapeutic Scoliosis Specific Exercises during adolescence: voices from patients and their families. A qualitative content analysis"



Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

100646

è questo il titolo di uno degli 8 studi che sono stati presentati da **Isico** in occasione della conferenza internazionale di SOSORT a Melbourne in Australia a inizio maggio. Obiettivo di questa ricerca è stato di valutare l'esperienza con esercizi specifici per la scoliosi negli adolescenti e i loro genitori e, al contempo, concorrere allo sviluppo di un nuovo questionario sulla qualità della vita per assicurare l'aderenza al trattamento dei pazienti.

«Come sottolineano le linee guida SOSORT per il trattamento conservativo della scoliosi, il successo della terapia con gli esercizi è strettamente legato all'aderenza terapeutica», esordisce la dottoressa Ferrario. «La compliance deve essere considerata un elemento chiave nella gestione del paziente perché, in tale prospettiva, l'aderenza non è solo una caratteristica propria di quest'ultimo o del trattamento ma è il risultato dell'interazione tra i due fattori, aderenza che deve essere promossa da un team in grado, nel caso sia necessario, di individuare quelle strategie atte a ridurre il peso della terapia e aumentare la abilità del paziente nel fronteggiare la situazione. Parliamo di un trattamento il cui concetto di aderenza terapeutica è assai diverso rispetto alla comune cura farmacologica perché implica una multidimensionalità: gli appuntamenti, la frequenza con cui gli esercizi prescritti vengono effettivamente svolti, la correttezza della loro esecuzione. Si tratta quindi di un'interazione di più fattori che coinvolgono il paziente, i familiari, il fisioterapista. Identificare i fattori



Irene Ferrario,  
psicologa di **Isico**  
e coautrice della  
ricerca

che sostengono o impediscono l'aderenza alla terapia è cruciale per poter consentire ai ragazzi di ottenere il miglior risultato possibile».

### Una survey preliminare

Attraverso questo studio è stato possibile individuare gli item necessari per sviluppare un successivo questionario per valutare l'aderenza alla terapia con gli esercizi per la scoliosi nell'ambito di un nuovo studio attualmente in progress. «La survey preliminare online, dalla quale è poi scaturito lo studio che abbiamo presentato al Congresso SOSORT, ha coinvolto pazienti, genitori e personale **Isico**, quindi medici e fisioterapisti, con l'obiettivo di valutare in termini qualitativi la loro esperienza riguardo all'adesione degli esercizi per scoliosi», spiega la dottoressa Ferrario. «Sono state a questo proposito formulate quattro domande aperte:

- che cosa pensi possa rendere più facile fare gli esercizi a casa per la

scoliosi?

- che cosa pensi, invece, renda più difficile fare gli esercizi a casa per la scoliosi?

- quali domande si possono fare ai pazienti per capire se hanno fatto gli esercizi regolarmente?

- quali domande si possono fare al paziente per capire se li ha fatti nel modo corretto?».

Le domande aperte che indagavano pensieri ed esperienze personali rispetto all'aderenza al programma di esercizi svolto a casa, sono state inviate a 2.699 pazienti. Sono state quindi raccolte in forma anonima le risposte di 110 adolescenti e di 93 genitori.

### I risultati

Le risposte sono state quindi analizzate attraverso una qualità content analysis che ha permesso di individuare da 7.500 parole di testo, 41 codici primari e da essi 5 categorie principali di fattori che possono facilitare o ostacolare l'aderenza alla terapia:

- organizzazione dei tempi e degli spazi
- strumenti di aiuto
- comprensione degli obiettivi della terapia
- solitudine
- caratteristiche degli esercizi.

A loro volta queste 5 categorie principali sono state suddivise in fattori facilitanti e ostacolanti al trattamento.

«I fattori facilitanti che emergono più di frequente riguardano; l'utilizzo di applicazioni sviluppate ad hoc per gli esercizi per la scoliosi, nel nostro caso in particolare all'app dedicata sviluppata da **Isico**; ascoltare poi la musica preferita durante



**ORTOPEDIA SCOLIOSI E ADERENZA TERAPEUTICA**

**IDENTIFICARE I FATTORI CHE SOSTENGONO O IMPEDISCONO L'ADERENZA ALLA TERAPIA È CRUCIALE PER POTER CONSENTIRE AI RAGAZZI DI OTTENERE IL MIGLIOR RISULTATO POSSIBILE**

l'esecuzione degli esercizi; la possibilità di poter organizzare i momenti per svolgere la pratica a casa; le caratteristiche degli esercizi, esercizi quindi più semplici che non richiedono strumenti specifici per la loro esecuzione, o esercizi più divertenti che facilitano la pratica», aggiunge la dottoressa Ferrario.

«Tra i fattori, invece, in contrasto con l'aderenza alla terapia ritroviamo: la mancanza di tempo, quindi la difficoltà di trovare il momento per svolgere gli esercizi; la mancanza di motivazione, legata al non aver compreso bene quali sono gli obiettivi della terapia; la mancanza del feedback da parte del fisioterapista; le caratteristiche degli esercizi (noiosi, impegnativi). I pazienti e le loro famiglie sono consapevoli di ciò che può aiutare o interferire con l'adesione a un programma

di esercizi per il trattamento della scoliosi a casa; ascoltare il loro punto di vista sui fattori di ostacolo e facilitazione può aiutare i fisioterapisti a sviluppare programmi di esercizi su misura per le esigenze specifiche dei pazienti e fornire soluzioni e strategie a difficoltà comuni permettendo ai ragazzi di raggiungere con più facilità gli obiettivi della terapia. La costruzione insieme di un piano di trattamento è molto importante per promuovere l'aderenza alla terapia sia che si tratti del corsetto – il quale può essere efficace nel ridurre la progressione delle curve ad alto rischio riportandole sotto la soglia chirurgica – sia di esercizi personalizzati i quali, in alcuni casi, possono evitare la prescrizione del corsetto».

**Gli sviluppi futuri**

Il questionario che è stato formulato in base a questo studio è in una fase preliminare di elaborazione; dopo la prima somministrazione a un ristretto campione di pazienti, sarà possibile perfezionarlo per avviare un'indagine di più ampio respiro. Questo consentirà a **Isico** di migliorare l'aderenza alla terapia con esercizi. L'Istituto milanese già da molti anni considera l'aderenza terapeutica una priorità nei suoi percorsi riabilitativi. A tale proposito ha messo in campo diverse iniziative al fine di ottenere una migliore compliance di trattamento, dal sostegno psicologico – lo psicologo è parte integrante del team riabilitativo – ai camp estivi di vacanza dedicati ai ragazzi con corsetto. «Si tratta di un'iniziativa che

riscuote un buon successo e che consente ai ragazzi, attraverso un'esperienza ludico-sportiva coinvolgente, di condividere i loro problemi nella gestione dell'ortesi, di conoscere chi vive una condizione analoga alla loro e spesso di farseli amici», sottolinea la dottoressa Ferrario. «Le amicizie che nascono durante i camp spesso continuano al ritorno a casa aiutando i ragazzi a gestire un'esperienza non certo semplice per la loro età e, nello stesso tempo, ad allentare quel senso di solitudine che spesso provano, come testimoniano le risposte date nella survey». In tema di solitudine e di mancanza del feedback da parte del fisioterapista, un'altra iniziativa promossa da **Isico** durante la pandemia, ma tutt'ora attiva, riguarda i gruppi online, grazie ai quali ci si ritrova insieme al fisioterapista per svolgere gli esercizi, sebbene ciascun partecipante segua il proprio piano personalizzato. «C'è molto interesse da parte dei pazienti verso questa iniziativa», conclude la dottoressa Ferrario. «Svolgere insieme la routine di esercizi è un buon metodo per contrastare quel senso di solitudine manifestato dai partecipanti al nostro questionario, solitudine che obbliga il ragazzo ad assumersi pienamente le proprie responsabilità non solo per quanto riguarda la costanza nella pratica degli esercizi ma anche per la correttezza della loro esecuzione. Avere un feedback da parte del fisioterapista, praticare insieme ad altri coetanei giova certo alla compliance».

