



*Michela Rivetta – Susanna Pugnaroni*

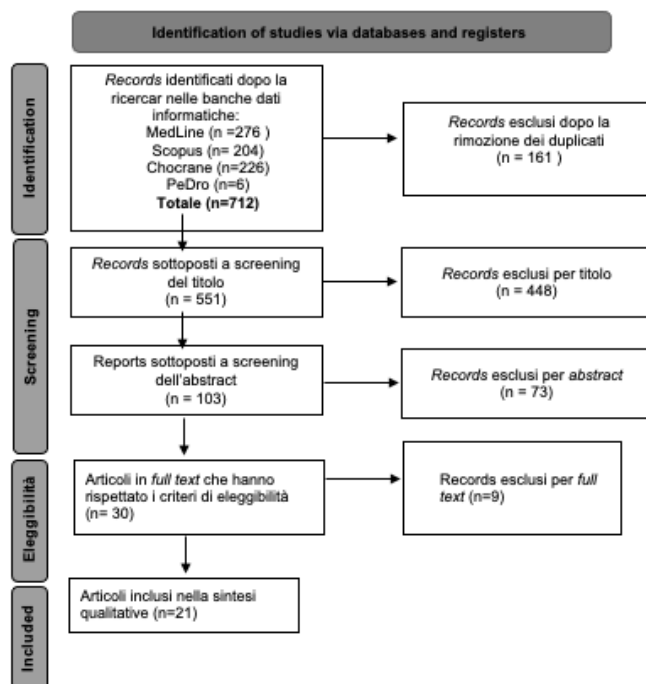
### Background:

Negli ultimi anni, il numero di persone in sovrappeso è aumentato significativamente. L'OMS riferisce che il 59% degli adulti europei è sovrappeso o obeso. Il sovrappeso e l'obesità sono associati a dolori e problemi articolari, soprattutto a carico degli arti inferiori. Nonostante i progressi nella comprensione di queste condizioni, l'incidenza dell'obesità continua a crescere.

### Materiali e Metodi

La revisione sistematica è stata condotta analizzando articoli fino a marzo 2024 per rispondere alla domanda: "In che termini l'overweight influenza il distretto piede e caviglia?". Le ricerche sono state effettuate sui database PubMed, Scopus, Cochrane e PEDro. Il software "Rayyan" è stato utilizzato per eliminare duplicati, selezionare titoli e abstract, e valutare i testi completi, includendo solo studi pertinenti.

### Risultati:



PRISMA 2020 flow diagram for new systematic reviews which included searches of databases and registers.

### Discussione:

La revisione sistematica ha esplorato come l'eccesso di peso influenzi i disturbi muscoloscheletrici dell'arto inferiore, con particolare attenzione al piede e alla caviglia. Sono stati analizzati 21 studi, evidenziando che un BMI superiore a 30 kg/m<sup>2</sup> è associato a un maggior rischio di fratture gravi alla caviglia, dolore al piede e altre complicanze come l'aumento dei costi ospedalieri e delle complicanze perioperatorie. È stato riscontrato che ridurre il BMI può migliorare il dolore al piede, e che l'obesità influisce negativamente sulla biomeccanica del piede, aumentando le pressioni e il dolore. Tuttavia, il BMI non è un fattore predittivo significativo per la distorsione della caviglia o per l'outcome funzionale post-chirurgico, sebbene possa peggiorare alcuni sintomi. Disturbi comuni associati all'eccesso di peso includono tendiniti, fascite plantare e metatarsalgia.

### Conclusione

Questa revisione sistematica evidenzia una significativa correlazione tra sovrappeso e disturbi muscoloscheletrici del piede e della caviglia. Si enfatizza l'importanza della prevenzione attraverso uno stile di vita sano, con attività fisica e una dieta equilibrata, per ridurre il rischio di complicanze e migliorare il benessere generale. Il sovrappeso non solo aumenta il carico sulle articolazioni, ma può anche compromettere la mobilità e la qualità della vita. È quindi essenziale promuovere una cultura che riconosca l'obesità come una malattia cronica e complessa, garantendo un adeguato supporto ai pazienti.