

L'utilizzo di plantari in pazienti con dolore femoro-rotuleo ha efficacia sul dolore e funzione? E a quali follow up?



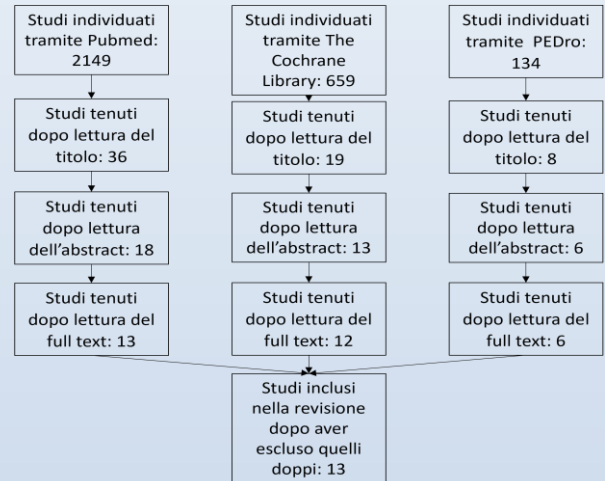
FT Rossi Kevin, FT OMPT Munari Alice

INTRODUZIONE E OBIETTIVO

Il dolore femoro-rotuleo, noto anche come dolore anteriore al ginocchio, è una comune problematica che può significativamente influenzare la qualità della vita. Negli ultimi anni, l'uso di plantari nel trattamento di questa condizione ha generato un crescente interesse nella comunità medica e scientifica. Questa revisione si propone di esaminare la letteratura sull'efficacia dei plantari nel migliorare il dolore e la funzione del ginocchio nei pazienti con dolore femoro-rotuleo.

MATERIALI E METODI

È stata eseguita una revisione narrativa della letteratura attraverso le banche dati Medline (PubMed), Cochrane Library e PEDro, includendo articoli in inglese o in italiano con full text disponibile. Sono stati considerati solo RCT, trial clinici e studi osservazionali, escludendo invece le revisioni sistematiche, narrative e le metanalisi.



RISULTATI

Dalla ricerca sulle banche dati sono risultati idonei 13 articoli, che sono stati inclusi nella revisione narrativa. Tra questi, 6 studi presentano almeno un gruppo di controllo, 5 non hanno alcun gruppo di controllo e 2 sono studi pilota. Tramite l'utilizzo di plantari è stata ottenuta una significativa riduzione del dolore solo in confronto all'utilizzo di inserti piatti, mentre l'utilizzo di plantari non è risultato significativamente più efficace rispetto ai programmi di fisioterapia attiva e dell'approccio *wait and see*. La funzione è migliorata in modo significativo sia in confronto all'utilizzo di inserti piatti che rispetto al *wait and see*.

CONCLUSIONI

Dai risultati degli studi disponibili emerge che l'impiego di plantari potrebbe rappresentare una valida opzione nella gestione della PFP. Tuttavia, non sembrano offrire vantaggi significativi rispetto ai programmi di esercizio mirati al rinforzo degli arti inferiori, che rimangono la strategia terapeutica di prima scelta raccomandata anche dalle linee guida.

BIBLIOGRAFIA

1. Mills K, Blanch P, Dev P, Martin M, Vicenzino B. A randomised control trial of short term efficacy of in-shoe foot orthoses compared with a wait and see policy for anterior knee pain and the role of foot mobility. *Br J Sports Med.* 2012;46(4):247-252.
2. Munuera P V., Mazoteras-Pardo R. Benefits of custom-made foot orthoses in treating patellofemoral pain. *Prosthet Orthot Int.* 2011;35(4):342-349.
3. Sinclair J, Janssen J, Richards JD, Butters B, Taylor PJ, Hobbs SJ. Effects of a 4-week intervention using semi-custom insoles on perceived pain and patellofemoral loading in targeted subgroups of recreational runners with patellofemoral pain. *Physical Therapy in Sport.* 2018;34:21-27.
4. Johnston LB, Gross MT. *Effects of Foot Orthoses on Quality of Life for Individuals With Patellofemoral Pain Syndrome.* Vol 34.; 2004.
5. Barton CJ, Menz HB, Crossley KM. Effects of prefabricated foot orthoses on pain and function in individuals with patellofemoral pain syndrome: A cohort study. *Physical Therapy in Sport.* 2011;12(2):70-75.
6. Mølgaard CM, Rathleff MS, Andreassen J, et al. Foot exercises and foot orthoses are more effective than knee focused exercises in individuals with patellofemoral pain. *J Sci Med Sport.* 2018;21(1):10-15.
7. Collins N, Crossley K, Beller E, Darnell R, McPoil T, Vicenzino B. Foot orthoses and physiotherapy in the treatment of patellofemoral pain syndrome: Randomised clinical trial. *BMJ.* 2008;337(7677):1034-1036.
8. Ghasemi MS, Dehghan N. The comparison of Neoprene palumbo and Genu direxa stable orthosis effects on pain and activity of daily living in patients with patellofemoral syndrome: a randomized blinded clinical trial. *Electron Physician.* 2015;7(6):1325-1329.
9. Barton CJ, Menz HB, Crossley KM. The immediate effects of foot orthoses on functional performance in individuals with patellofemoral pain syndrome. *Br J Sports Med.* 2011;45(3):193-197.
10. Shih YF, Wen YK, Chen WY. Application of wedged foot orthosis effectively reduces pain in runners with pronated foot: A randomized clinical study. *Clin Rehabil.* 2011;25(10):913-923.
11. Tan JM, Menz HB, Crossley KM, et al. The efficacy of foot orthoses in individuals with patellofemoral osteoarthritis: A randomised feasibility trial. *Pilot Feasibility Stud.* 2019;5(1).
12. Bonacci J, Hall M, Saunders N, Vicenzino B. Gait retraining versus foot orthoses for patellofemoral pain: a pilot randomised clinical trial. *J Sci Med Sport.* 2018;21(5):457-461.
13. Matthews M, Rathleff MS, Claus A, et al. Does foot mobility affect the outcome in the management of patellofemoral pain with foot orthoses versus hip exercises? A randomised clinical trial. *Br J Sports Med.* 2020;54(23):1416-1422.