

Quale è l'efficacia dell'esercizio terapeutico nel trattamento della rizoartrosi?



Autore: Bardi Dario

Relatore: Crestini Michele

Introduzione

La mano è frequentemente colpita da osteoartrosi, in particolare a livello della articolazione carpometacarpale del primo dito (CMC1), nel quadro comunemente chiamato rizoartrosi. L'obiettivo dello studio è chiarire il più possibile se un programma di esercizi specifici possa migliorare gli outcome a breve e lungo termine in pazienti con rizoartrosi.

Materiali e metodi

Dopo aver stabilito il protocollo di ricerca (PRISMA-P 2015 Checklist), in data 15/10/2023 sono state lanciate, sui motori di ricerca PubMed, PEDro e Cochrane, le stringhe di ricerca individuate. Sono stati selezionati, da un solo revisore, articoli in lingua inglese che prevedessero esercizi in almeno un gruppo, su popolazione maggiorenne con rizoartrosi confermata radiograficamente.

Risultati

Complessivamente, le stringhe di ricerca hanno restituito 1874 articoli, dei quali, alla fine del processo di selezione, ne sono stati inclusi 4, tutti RCT.

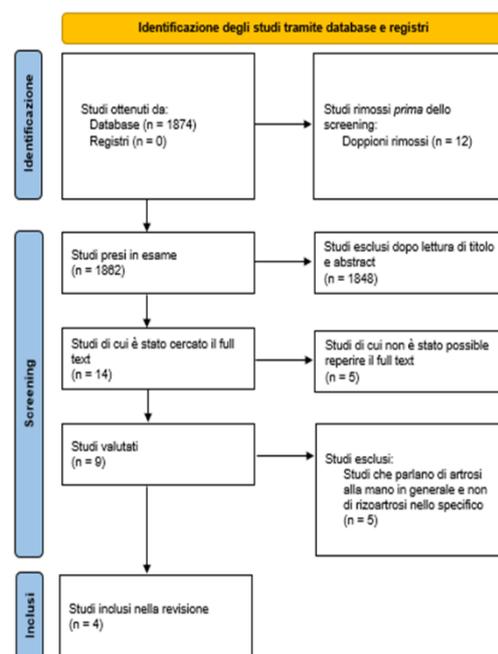
Gli outcome presi in considerazione sono stati:

- Dolore
- Disabilità
- Range of motion, sia attivo che passivo
- Funzionalità

In tutti gli studi si sono rilevati miglioramenti modesti degli outcome presi in considerazione. I risultati più promettenti riguardano il dolore, ma in generale i miglioramenti spesso non sono risultati significativi. Uno studio ha evidenziato un miglioramento significativo della funzionalità percepita dai pazienti. Infine, nessuno degli studi presi in esame presenta basso rischio di bias.

Conclusioni

L'esercizio terapeutico in pazienti con rizoartrosi alle mani migliora sensibilmente la forza e riduce il dolore e la disabilità, seppur non in maniera clinicamente rilevante. I risultati sono allineati con quelli di altre revisioni simili ma sono necessari altri studi primari metodologicamente validi per confermare i risultati ottenuti.



Bibliografia

- [1] Dahaghin S, Bierma-Zeinstra SM, Ginai AZ, Pols HA, Hazes JM, Koes BW. Prevalence and pattern of radiographic hand osteoarthritis and association with pain and disability (the Rotterdam study). *Ann Rheum Dis.* 2005 May;64(5):682-7. doi: 10.1136/ard.2004.023564. Epub 2004 Sep 16. Erratum in: *Ann Rheum Dis.* 2005 Aug;64(8):1248. PMID: 15374852; PMCID: PMC1755481.
- [2] Marshall M, van der Windt D, Nicholls E, Myers H, Dziedzic K. Radiographic thumb osteoarthritis: frequency, patterns and associations with pain and clinical assessment findings in a community-dwelling population. *Rheumatology (Oxford).* 2011 Apr;50(4):735-9. doi: 10.1093/rheumatology/keq371. Epub 2010 Dec 6. PMID: 21134961; PMCID: PMC3060622.
- [3] Davenport BJ, Jansen V, Yeandle N. Pilot randomized controlled trial comparing specific dynamic stability exercises with general exercises for thumb carpometacarpal joint osteoarthritis. *Hand Therapy.* 2012;17(3):60-67. doi:10.1258/ht.2012.012010
- [4] Cantero-Tellez R, Naughton N, Algar LA, Medina-Porqueres I, Cruz-Gambero L, Valdes KA. Proprioceptive Neuromuscular Facilitation Protocol for Thumb Osteoarthritis: A Pilot Study. *Hand (N Y).* 2023 Mar;18(2_suppl):111S-118S. doi: 10.1177/1558944721990785. Epub 2021 May 6. PMID: 33955250; PMCID: PMC10052626.
- [5] Wajon A, Ada L. No difference between two splint and exercise regimens for people with osteoarthritis of the thumb: a randomised controlled trial. *Aust J Physiother.* 2005;51(4):245-9. doi: 10.1016/s0004-9514(05)70005-2. Erratum in: *Aust J Physiother.* 2006;52(1):60. PMID: 16321131.
- [6] Østerås N, Hagen KB, Grotle M, Sand-Svartrud AL, Mowinckel P, Kjekken I. Limited effects of exercises in people with hand osteoarthritis: results from a randomized controlled trial. *Osteoarthritis Cartilage.* 2014 Sep;22(9):1224-33. doi: 10.1016/j.joca.2014.06.036. Epub 2014 Jul 5. PMID: 25008206.