

L'EFFICACIA DELL'ESERCIZIO IN ACQUA NEI SOGGETTI CON DOLORE CERVICALE



Autore: Chiara Battistessa – Relatore: Frédérique Chiampo

INTRODUZIONE E OBIETTIVI

Il dolore cervicale, indicato con il termine di «neck pain», è una condizione molto frequente e invalidante, ad eziologia multifattoriale e complessa. In ambito riabilitativo viene prediletto un trattamento di carattere multimodale.

L'obiettivo della revisione sistematica è quello di indagare l'efficacia dell'esercizio in acqua sulla disabilità e sulla qualità della vita del paziente, andando ad approfondire le modalità e i parametri di somministrazione di tale strategia terapeutica.



MATERIALI E METODI

Per la stesura della revisione sono stati consultati i database elettronici Pubmed, CENTRAL, PEDro, Medline plus, CINAHL complete e ClinicalTrials.gov. Sono stati inclusi solo studi randomizzati controllati (RCT) in lingua inglese, senza limitazioni temporali.

In particolare sono stati considerati solo gli studi che prevedono lo svolgimento di un programma di esercizio attivo in acqua.



RISULTATI

La strategia di ricerca degli studi ha inizialmente identificato 70 risultati, 15 dei quali sono stati esclusi poiché erano duplicati. Dei 55 articoli rimasti solamente 2 RCT sono risultati affini ai criteri di eleggibilità stabiliti. A causa della ridotta quantità di articoli emersa dal processo di screening di tale revisione, sono state prese in considerazione anche le due revisioni sistematiche emerse dalla medesima procedura.

CONCLUSIONI

Dalla revisione è emerso che il trattamento in acqua per i soggetti affetti da neck pain potrebbe essere una valida alternativa nel miglioramento del dolore e delle disabilità legate alla vita quotidiana. Essendo la letteratura ridotta per quanto riguarda l'esercizio attivo in acqua ed essendo ben note le sue proprietà benefiche, è auspicabile che vengano condotti degli studi futuri in relazione al suo utilizzo nei quadri clinici di neck pain.

BIBLIOGRAFIA

1. Mallard F, Wong JJ, Lemeunier N, Côté P. Effectiveness of multimodal rehabilitation interventions for management of cervical radiculopathy in adults: an update systematic review from the Ontario protocol for traffic injury management (OPTIMA) collaboration. Vol. 54, Journal of Rehabilitation Medicine. Medical Journals Sweden AB; 2022.
2. Misailidou V, Malliou P, Beneka A, Karagiannidis A, Godolias G. Assessment of patients with neck pain: a review of definitions, selection criteria, and measurement tools. Vol. 9, Journal of Chiropractic Medicine. 2010. p. 49–59.
3. Li Y, Zheng G. The efficacy of aquatic therapy in stroke rehabilitation A protocol for systematic review and meta-analysis. 2021.
4. Verhagen AP, Cardoso JR, Bierma-Zeinstra SMA. Aquatic exercise & balneotherapy in musculoskeletal conditions. Vol. 26, Best Practice and Research: Clinical Rheumatology. 2012. p. 335–43
5. Cuesta-Vargas AI, White M, González-Sánchez M, Kuisma R. The optimal frequency of aquatic physiotherapy for individuals with chronic musculoskeletal pain: A randomised controlled trial. Disabil Rehabil. 2015 Feb 1;37(4):311–8.