

EFFICACIA DI TECNICHE RIVOLTE ALLA REGIONE PARASCAPOLARE NELLA GESTIONE DI DISTURBI DEL DISTRETTO CERVICALE: UNA REVISIONE DELLA LETTERATURA



Autore: FT Zuccone Tommaso
Relatore: FT OMPT Gamberini Matteo

Introduzione ed obiettivo

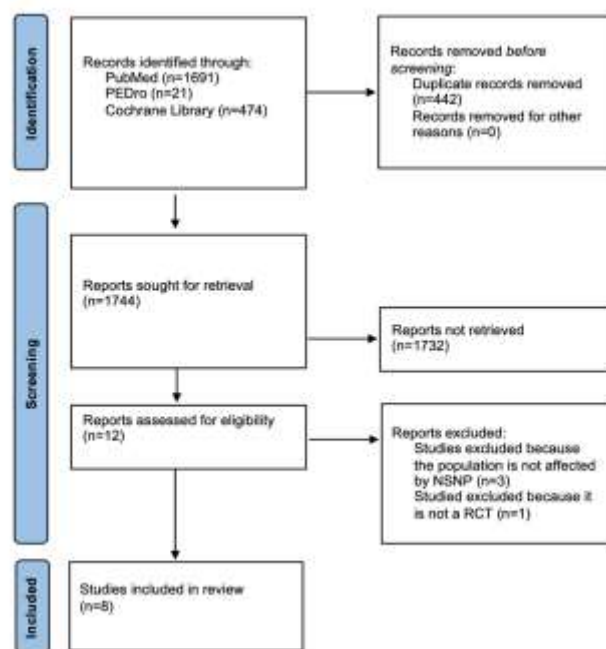
L'esercizio terapeutico parascapolare sembrerebbe avere un ruolo nel trattamento del neck pain cronico, volto a ridurre il dolore e la disabilità ed incrementare la qualità di vita dei pazienti. L'obiettivo di questa revisione è quello di indagare l'efficacia di esercizi rivolti alla regione parascapolare nella gestione di disturbi del distretto cervicale.

Materiali e metodi

Tramite una revisione della letteratura si è andato ad indagare l'effetto dell'esercizio terapeutico mirato alla regione parascapolare o in multimodale in soggetti con non-specific neck pain. Sono stati inclusi gli RCT in lingua inglese riguardanti soggetti con non-specific Neck Pain. La ricerca bibliografica è stata condotta attraverso le banche dati: PubMed, Cochrane Library e PEDro.

Risultati

Nella revisione, sono stati accettati 8 RCTs. Sono stati presi in esame solamente gli studi che nei gruppi sperimentali prevedessero solo esercizio terapeutico mirato alla regione parascapolare o in multimodale in soggetti con non-specific neck pain sia acuto che cronico. In questo lavoro sono stati esclusi alcuni studi perché trattavano i soggetti esclusivamente tramite tecniche di terapia manuale, ed altri perché applicavano tecniche, esercizi o trattamenti non inerenti al distretto di interesse della revisione.



Conclusioni

Alla luce dell'analisi della letteratura svolta è possibile confermare che un approccio basato tramite esercizio terapeutico focalizzato alla zona periscapolare, se inserito all'interno di un approccio multimodale, possa esser utile per migliorare diversi outcome (dolore, disabilità, ROM rachide cervicale e stato di salute) in pazienti con problematiche di neck pain cronico. Gli articoli di questo lavoro di revisione sono eterogenei nelle misure di outcome e non permettono valutazioni accurate della dimensione dell'effetto di tale trattamento, alcuni hanno anche elevata quantità di BIAS.

Bibliografia

1. Abdel-Aziem AA, Mohamed RR, Draz AH, Azab AR, Hegazy FA, Diab RH. The effect of McKenzie protocol vs. deep neck flexor and scapulothoracic exercises in subjects with chronic neck pain - a randomized controlled study Eur Rev Med Pharmacol Sci. 2022 May;26(9):3138-3150.
2. Bialosky JE, Bishop MD, George SZ. Regional interdependence: a musculoskeletal examination model whose time has come. J Orthop Sports Phys Ther. 2008;38(3):159-60; author reply 160.
3. Celenay ST, Kaya DO, Akbayrak T. Cervical and scapulothoracic stabilization exercises with and without connective tissue massage for chronic mechanical neck pain: A prospective, randomized controlled trial. Man Ther. Feb 2016; 21:144-50.
4. Fatima A, Veqar Z, Zaidi S, Tanwar T. Effects of scapular stabilization and upper limb proprioception as an adjunct to cervical stabilization in chronic neck pain patients: A randomized controlled trial J Bodyw Mov Ther. 2020 Jan;29:291-301.
5. Javdaneh N, Ambrozio T, Barati AM, Mozafaripour E, Rydzik L. Focus on the Scapular Region in the Rehabilitation of Chronic Neck Pain Is Effective in Improving the Symptoms: A Randomized Controlled Trial J Clin Med. 2021 Aug 8;10(16):3495.
6. Javdaneh N, Letafatkar A, Shojaedin S, Hadadnezhad M. Scapular exercise combined with cognitive functional therapy is more effective at reducing chronic neck pain and kinesiophobia than scapular exercise alone: a randomized controlled trial Clin Rehabil 2020 Dec;34(12):1485-1496.
7. Kang T, Kim B. Cervical and scapula-focused resistance exercise program versus trapezius massage in patients with chronic neck pain: A randomized controlled trial Medicine (Baltimore). 2022 Sep 30;101(39): e30887.
8. Park S, Lee M. Effects of Lower Trapezius Strengthening Exercises on Pain, Dysfunction, Posture Alignment, Muscle Thickness and Contraction Rate in Patients with Neck Pain; Randomized Controlled Trial Med Sci Monit. 2020 Mar 23;26:e920208.
9. Yildiz TI, Turgut E, Duzgun I. Neck and Scapula-focused Exercise Training on Patients with Non-Specific Neck Pain: A Randomized Controlled Trial J Sport Rehabil 2018 Sep 1;27(5):403-412.