

# Propriocezione del distretto piede-caviglia: valutazione e interventi riabilitativi in soggetti CAI



Candidato: Stefano Furfaro

Relatore: FT OMPT Cosimo Faniello

## INTRODUZIONE E OBIETTIVI

L'instabilità cronica di caviglia, o **CAI**, è una condizione che si può manifestare frequentemente a seguito di distorsioni di caviglia se non trattate a dovere, e ciò comporta una perdita di funzionalità sotto diversi aspetti. In questo quadro, la **propriocezione** svolge un ruolo molto importante nel recupero della stabilità articolare. L'obiettivo di questa tesi è quindi quello di indagare la letteratura scientifica per trovare le migliori strategie di valutazione e trattamento della propriocezione in soggetti CAI.

## MATERIALI E METODI

La ricerca è stata effettuata su PubMed, Cochrane e PEDro. La selezione ha incluso RCT e RS in lingua inglese pubblicati dal 2019, in cui pazienti CAI sono stati trattati per migliorare la propriocezione e la stabilità articolare tramite esercizio terapeutico e terapia manuale. Sono stati esclusi invece articoli in altre lingue, disegni di studio diversi da quelli sopra citati o studi che includevano pazienti CAI ma trattati per altre condizioni patologiche.

## RISULTATI

Dei 2444 articoli ottenuti dalle piattaforme di ricerca, sono stati selezionati 20 che incontrassero tutti i criteri di inclusione.

L'analisi degli studi mostra che interventi specifici, mirati a stimolare la propriocezione, comportano miglioramenti significativi in misure di outcome come la SEBT o il JPS. Anche esercizi neuromuscolari, cognitivi e l'uso di tecnologie come l'exergaming o più semplici piattaforme instabili portano benefici in termini di propriocezione, equilibrio, forza e funzionalità percepita. Le strategie multimodali sembrano essere le più efficaci.

## CONCLUSIONI

I risultati della ricerca hanno evidenziato come l'intervento mirato risulti efficace nel migliorare la propriocezione e altri aspetti riguardanti la funzionalità della caviglia. Si evidenzia quindi l'importanza di impostare un programma riabilitativo personalizzato e progressivo, in attesa di ulteriori studi.

## BIBLIOGRAFIA

1. Gribble P.A., Bleakley C.M., McAuley B.M. et al. (2016). 2016 Consensus statement of the International Ankle Consortium: Prevalence, impact and long-term consequences of lateral ankle sprains. *British Journal of Sports Medicine*.
2. Lin C.I., Houtenbos S., Lu Y.H. (2021). The Epidemiology of Chronic Ankle Instability with Perceived Ankle Instability – A Systematic Review. *BMC Musculoskeletal Disorders*.
3. Grassi A., Alexiou K., Amendola A. (2018). Postural stability deficit could predict ankle sprains: a systematic review. *Knee Surgery, Sports Traumatology, Arthroscopy*.
4. Altun A., Dixon S., Nunns M., Rice H. (2025). How do neuromuscular characteristics of the peroneal muscles differ in adults with and without chronic ankle instability? A systematic review with meta-analysis. *Gait & Posture*.
5. Hu X., Feng T., Li P., Liao J., Wang L. (2024). Bilateral sensorimotor impairments in individuals with unilateral chronic ankle instability: a systematic review and meta-analysis. *Sports Medicine - Open*.
6. Bertrand-Charette M., Dambreville C., Bouyer L.J., Roy J.S. (2020). Systematic review of motor control and somatosensation assessment tests for the ankle. *BMJ Open Sport & Exercise Medicine*.