

IL RUOLO DELL'ESERCIZIO TERAPEUTICO NEL TRATTAMENTO DEI PAZIENTI CON O-CANS



AUTORE: Dott.ssa FT Alice Drigo – **RELATORE:** Dott. FT OMPT Stefano Vania

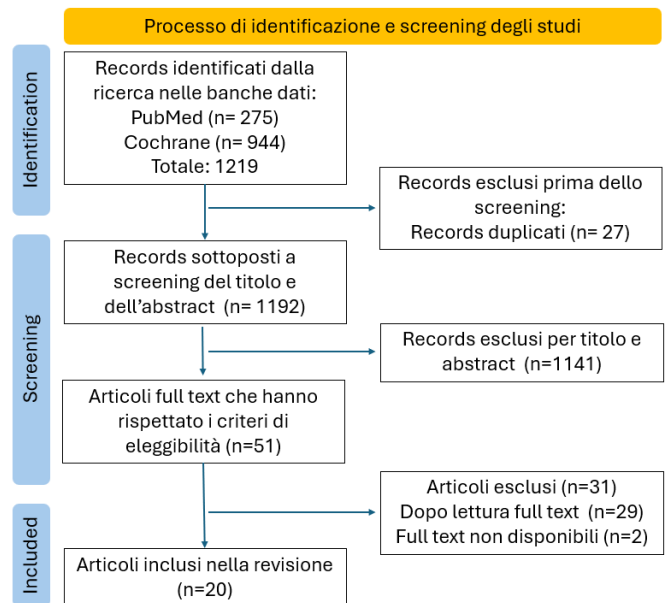
INTRODUZIONE E OBIETTIVO

Gli o-CANS rappresentano un disturbo muscoloscheletrico frequente tra la popolazione lavoratrice e influenzano in modo significativo: funzionalità dei distretti corporei coinvolti, qualità di vita e produttività lavorativa di questi soggetti. Per quanto riguarda il trattamento fisioterapico, dalla letteratura scientifica emergono diverse strategie terapeutiche a nostra disposizione. L'obiettivo di questa revisione sistematica è analizzare gli studi che indagano l'efficacia dell'esercizio terapeutico, ponendo particolare attenzione alla valutazione della qualità di reporting delle evidenze.

MATERIALI E METODI

I trials analizzati nella revisione sistematica sono stati estratti dai database *MEDLINE* e *Cochrane CENTRAL* da ottobre 2024 ad aprile 2025. Sono stati inclusi RCT in lingua inglese che hanno valutato l'efficacia dell'esercizio, somministrato a lavoratori adulti con disturbi msk lavoro-correlati al collo e/o arto superiore, in assenza di traumi acuti o patologie sistemiche. Il rischio di bias è stato valutato tramite lo strumento *RoB 2.0 Risk of Bias Tool*, mentre la qualità di reporting dell'intervento è stata esaminata con la *TIDieR Checklist*.

RISULTATI



CONCLUSIONI

L'esercizio terapeutico, in soggetti con o-CANS, risulta essere un intervento efficace nel migliorare diversi outcomes, come: dolore, forza muscolare, mobilità e funzionalità del distretto cervicale e arto superiore, disabilità e assenteismo dall'ambiente lavorativo. Tuttavia, si tratta di risultati estrapolati da trials a considerevole rischio di bias, dalla qualità metodologica e di reporting dell'intervento non mediamente adeguata. Inoltre, la mancanza di criteri diagnostici precisi, l'estrapolazione dei dati a partire solamente da due database e l'elaborazione degli stessi da parte di un solo esaminatore non rendono questa revisione sistematica esente da importanti limiti.

BIBLIOGRAFIA ESSENZIALE

1. Huisstede BMA, Miedema HS, Verhagen AP, Koes BW, Verhaar JAN. Multidisciplinary consensus on the terminology and classification of complaints of the arm, neck and/or shoulder. *Occup Environ Med*. 2007 May;64(5):313–9.
2. Russo F, Di Tecco C, Fontana L, Adamo G, Papale A, Denaro V, et al. Prevalence of work-related musculoskeletal disorders in Italian workers: is there an underestimation of the related occupational risk factors? *BMC Musculoskelet Disord*. 2020 Dec 1;21(1).
3. Verhagen AP, Bierma-Zeinstra SMA, Burdorf A, Stynes SM, de Vet HCW, Koes BW. Conservative interventions for treating work-related complaints of the arm, neck or shoulder in adults. Vol. 2017, *Cochrane Database of Systematic Reviews*. John Wiley and Sons Ltd; 2013.
4. Sundstrup E, Seeberg KGV, Bengtsen E, Andersen LL. A Systematic Review of Workplace Interventions to Rehabilitate Musculoskeletal Disorders Among Employees with Physical Demanding Work. Vol. 30, *Journal of Occupational Rehabilitation*. Springer; 2020. p. 588–612.
5. Kelly D, Shorthouse F, Roffi V, Tack C. Exercise therapy and work-related musculoskeletal disorders in sedentary workers. *Occup Med (Chic Ill)*. 2018 May 23;68(4):262–72.