

Comunicato stampa, 09.02.2023

Questi cinque trattamenti di fisioterapia sono inutili

L'associazione «smarter medicine – Choosing Wisely Switzerland» si impegna per contrastare le cure mediche eccessive e inadeguate. Physioswiss, l'Associazione Svizzera di Fisioterapia, sostiene il principio secondo il quale un trattamento debba essere effettuato solo se contribuisce davvero alla salute e al benessere dei pazienti. Per questo Physioswiss pubblica, nell'ambito dell'iniziativa «smarter medicine», una lista Top 5 dei trattamenti di fisioterapia che, di norma, sono inutili in presenza di determinati quadri clinici.

Con la pubblicazione della lista Top 5, Physioswiss assume un importante ruolo di precursore: è infatti la seconda categoria di professionisti sanitari non medici a compiere questo passo a favore di un'elevata qualità delle cure per i pazienti. La lista Top 5 si basa su raccomandazioni per rendere le cure sostenibili, efficienti e basate sulle evidenze. «Con questa lista Physioswiss si schiera chiaramente a sostegno della medicina basata sulle evidenze, degli sforzi per sviluppare la qualità e del rispetto dei criteri EAE (efficacia, appropriatezza ed economicità)» dichiara Mirjam Stauffer, presidente di Physioswiss.

Lista Top 5: le cinque raccomandazioni di Physioswiss in sintesi

- 1) Nell'osteoartrite del ginocchio o dell'anca, le misure passive non devono essere utilizzate esclusivamente o per un lungo periodo di tempo.
- 2) Se utilizzati isolatamente, i trattamenti che sfruttano il calore non ottengono miglioramenti a lungo termine nei disturbi dell'apparato motorio.
- 3) La terapia con ultrasuoni non è efficace per trattare le tendinopatie della cuffia dei rotatori (della spalla), nelle distorsioni tibiotarsiche (della caviglia) e nelle lombalgie (dolori alla parte bassa della schiena).
- 4) Le lombalgie non dovrebbero essere trattate per lunghi periodi esclusivamente con tecniche passive.
- 5) In seguito a un'operazione di innesto di protesi al ginocchio senza complicazioni non è necessario effettuare trattamenti con apparecchiature elettromedicali di mobilizzazione passiva (Kinetec).

Trovate le raccomandazioni dettagliate e i riferimenti bibliografici su www.smartermedicine.ch

Trattamenti inutili o di dubbia efficacia

In caso di artrosi del ginocchio o dell'anca, Physioswiss sconsiglia di effettuare per lunghi periodi o in via esclusiva trattamenti passivi – ossia che utilizzino calore, freddo, ultrasuoni o massaggi. Per attenuare i disturbi è preferibile eseguire movimenti ed esercizi sotto la guida di un/una fisioterapista. Anche se può risultare faticoso, il movimento attivo è generalmente più efficace dei massaggi o di altri trattamenti passivi, anche in caso di lombalgia.

In linea di principio, anche la terapia con ultrasuoni è superflua per trattare le tendinopatie della cuffia dei rotatori, le distorsioni tibiotarsiche e le lombalgie. Riguardo a questi disturbi non sono disponibili prove sufficienti sull'efficacia degli ultrasuoni.

Anche dopo un'operazione di innesto di protesi al ginocchio senza complicazioni è da preferire la terapia attiva: la mobilizzazione passiva del ginocchio per mezzo di apposite apparecchiature elettromedicali (Kinetec) non apporta benefici significativi.

Una lista che spinge a riflettere

Le raccomandazioni riportate qui sopra sono delle linee guida. Effettuare questi trattamenti è ancora consentito, ma non raccomandato. «La lista dovrebbe spingere a riflettere sulla scelta dei trattamenti e sulla necessità di coinvolgere i pazienti» spiega Mirjam Stauffer. Proprio per questo la lista Top 5 è scritta in un linguaggio comprensibile a tutti.

Evidenze scientifiche e la scelta dei membri

Physioswiss ha redatto la lista Top 5 basandosi su raccomandazioni e studi internazionali. Prima un comitato di esperti ha analizzato la letteratura scientifica recente e poi i membri dell'associazione hanno votato per scegliere i cinque trattamenti che compongono la lista definitiva. «I risultati sono inequivocabili, e ciò dimostra che tra i membri vige un ampio consenso. Per noi era importante coinvolgerli in questo processo» dice Osman Bešić, direttore di Physioswiss.

«smarter medicine»: chi siamo

L'associazione di sostegno «smarter medicine – Choosing Wisely Switzerland», fondata nel 2017, si impegna affinché i pazienti in Svizzera possano ricevere cure ottimali.

Maggiori informazioni su «smarter medicine – Choosing Wisely Switzerland» sono disponibili su www.smartermedicine.ch

Physioswiss: chi siamo

La fisioterapia migliora la qualità di vita delle persone e mira a eliminare le disfunzioni fisiche e il dolore. Trova impiego a scopi terapeutici, riabilitativi, preventivi, di promozione della salute e nell'ambito delle cure palliative.

L'Associazione Svizzera di Fisioterapia Physioswiss rappresenta gli interessi di circa 10'000 membri. Insieme alle sue 16 associazioni regionali e cantonali contribuisce a creare il futuro dell'assistenza sanitaria in Svizzera.

Maggiori informazioni su Physioswiss sono disponibili su www.physioswiss.ch

Contatti

Dr. med. Lars Clarfeld, direttore di «smarter medicine – Choosing Wisely Switzerland», tel. +41 31 370 40 06, lars.clarfeld@sgaim.ch

Osman Bešić, direttore di Physioswiss, tel. +41 58 255 36 06, osman.besic@physioswiss.ch