

*La lesione della cuffia dei rotatori è una patologia insidiosa che torna di attualità in questo periodo dell'anno, con protagonista la settimana bianca per chi pratica lo sci e gli sport di montagna. Prof. Marco Maiotti: “La lesione della cuffia dei rotatori è una delle conseguenze frequenti da caduta. Ma le cause possono essere anche degenerative”*



Prof. Marco Maiotti

Roma, 6 marzo 2018 - Per chi è a sciare in settimana bianca o per chi i primi fiocchi li abbia visti in città, la neve quest'anno non ha risparmiato nessuno. E intanto i meteorologi confermano: non è finita qui, Burian bis sta per arrivare. Il rischio cadute sulla neve o sul ghiaccio è dietro l'angolo. Massima attenzione, quindi, in questi casi a spalle e articolazioni.

Una delle lesioni più frequenti che colpisce la spalla, spesso in seguito ad un trauma da caduta, è quella della cuffia dei rotatori, un insieme di tendini, per la precisione cinque se contiamo anche il capo lungo del bicipite, che avvolgono la testa omerale come una cuffia e sono fondamentali per movimenti di elevazione e rotazione del braccio insieme al deltoide.

Ma come ci si deve comportare, avendo subito un trauma, laddove esista anche soltanto il sospetto di lesione della cuffia dei rotatori?

“Evitare sempre il fai da te - raccomanda il prof. Marco Maiotti, primario dell'U.O.C. di Medicina e Traumatologia dello Sport presso l'Azienda Ospedaliera San Giovanni Addolorata di Roma, specialista in Ortopedia e Medicina dello Sport - anche quando il primo soccorso avvenga in prossimità di località sciistiche dove spesso è più difficile trovare centri ad alta specializzazione. Una diagnosi accurata è fondamentale: occorre eseguire una risonanza magnetica e chiedere immediatamente il consulto di uno specialista. Se viene riscontrata una lesione della cuffia dei rotatori la terapia è quella chirurgica - con intervento in artroscopia in anestesia locale - necessaria per riparare i tendini”.

La causa sportiva è prevalente nella casistica di lesioni traumatiche della cuffia dei rotatori (oltre allo sci, sono a rischio soprattutto i praticanti di discipline quali pallanuoto, pallavolo, motocross e anche calcio). Nel 2017 in Italia sono stati eseguiti 27.850 interventi di ricostruzione della cuffia dei rotatori, 6.000 dei quali nel Mezzogiorno e il 65% degli interventi riguarda adulti over 50 secondo un'indagine del Registro Nazionale degli Interventi. Ne conseguono costi sociali rilevanti, in quanto la patologia incide su individui in età da lavoro, con una stima, proiettata al 2025, di oltre un miliardo di euro di spesa a carico del Servizio Sanitario Nazionale.

In realtà questa patologia non è prerogativa soltanto degli sportivi. Ben nell'85% dei soggetti affetti da questa patologia la causa è degenerativa e va a colpire per lo più individui avanti negli anni.

“Come si nasce alti e bassi, con occhi chiari o occhi scuri - spiega Marco Maiotti - si nasce con un osso della scapola chiamato acromion più o meno spesso, sotto il quale scorrono i tendini della cuffia dei rotatori. Nel caso l'acromion sia spesso, lo spazio di scorrimento si riduce e nei movimenti soprattutto di elevazione e di rotazione si usurano e provocano dolore”.

Il sintomo dolore può verificarsi, quindi, o in giovane età negli sportivi o in età adulta over 50 per un'usura cronica. In assenza di una diagnosi precoce, i tendini in seguito all'usura si rompono e al solo sintomo del dolore si associa una difficoltà ad alzare il braccio e a vestirsi, come ad esempio infilarsi una giacca.

“Solitamente, le terapie mediche e fisioterapiche sono solo dei palliativi e spesso peggiorano la situazione - aggiunge il prof. Maiotti. - I farmaci, infatti, limitando il dolore, fanno sì che ci si muova di più con la spalla e si finisca per aggravare il danno. La fisioterapia mirata sarà indispensabile - conclude lo specialista - solo dopo aver eseguito il necessario trattamento chirurgico”.