

Indagini precoci e attività fisica: le raccomandazioni dell'Asst Gaetano Pini per prevenire l'osteoporosi

Pubblicato: Giovedì 20 Ottobre 2022



Secondo l'Organizzazione Mondiale della Sanità, **a causa dell'osteoporosi ogni tre secondi nel mondo si verifica una frattura da fragilità**. La più grave di queste, la **frattura del femore**, porta con sé spesso gravi conseguenze sanitarie: si stima che **fino al 20% dei soggetti vada incontro al decesso nell'anno successivo** e che circa la metà dei pazienti fratturati presenti una disabilità permanente.

Durante la fase pandemica l'ASST Gaetano Pini-CTO ha registrato un aumento di accessi ai Pronto Soccorso di anziani con frattura del femore, problema che ha interessato soprattutto **le donne in età post-menopausale**.

Data la capillarità del fenomeno, Fondazione Onda, Osservatorio nazionale sulla salute della donna e di genere, in occasione della Giornata Mondiale dell'Osteoporosi, ha promosso il 20 ottobre **la settima edizione dell'(H)-Open Day dedicato alla salute delle ossa** con l'obiettivo di sensibilizzare la popolazione sull'importanza della prevenzione primaria e della diagnosi precoce.

«Anche quest'anno, in qualità di ospedale parte del network 'Bollini Rosa', abbiamo deciso di aderire all'iniziativa proposta da Fondazione Onda organizzando **un convegno gratuito, aperto a tutti**, allo scopo di informare i cittadini sui **rischi della mancata prevenzione**» dice la dott.ssa **Anna Maria Maestroni, Direttore Socio Sanitario dell'ASST Gaetano Pini-CTO**.

Visto l'alto numero di pazienti con osteoporosi, patologia che colpisce in prevalenza le donne oltre i 65 anni, causando un aumento dei costi sociali ed economici, non solo per la spesa sanitaria generata dai ricoveri, ma anche per la gestione della disabilità e per la perdita di autonomia che ne derivano, soprattutto nel caso di fratture di femore, l'ASST Gaetano Pini-CTO ha scelto di valorizzare il percorso diagnostico e terapeutico dei pazienti affetti da malattie scheletriche già attivo trasformando l'unità operativa "Osteoporosi e Malattie Metaboliche dell'Osso" da unità semplice a complessa. «Questo significa che sono state destinate maggiori risorse a questa unità operativa, già centro specialistico per la stesura dei piani terapeutico e riferimento regionale e nazionale per la diagnosi e cura dell'osteoporosi. In particolare prevediamo di implementare i percorsi aziendali multidisciplinari destinati ai pazienti con osteoporosi e di migliorare il rapporto con i medici di medicina generale e il territorio proprio in ottica di prevenzione della patologia» spiega la **dott.ssa Paola Lattuada, Direttore Generale dell'ASST Gaetano Pini-CTO**.



La pandemia da Covid-19 e i lockdown che ne sono conseguiti sono stati dei banchi di prova importanti per testare l'efficacia della prevenzione anche per le malattie croniche osteometaboliche, come spiegano gli specialisti dell'ASST Gaetano Pini-CTO. «**L'osteoporosi è una patologia silente e asintomatica che comporta il deterioramento dell'architettura ossea e la riduzione della massa minerale**, con conseguente aumento della fragilità dell'osso e maggior rischio di fratture spontanee o a seguito di traumi di minima entità, come può essere una caduta in casa. Le caratteristiche della malattia portano il paziente ad accorgersi del problema quando è stato raggiunto uno stadio avanzato della malattia» dice il prof. **Roberto Caporali, Direttore del Dipartimento di Reumatologia e Scienze Mediche**.

Tra i diversi presidi terapeutici utilizzabili per prevenire le fratture da Osteoporosi, **i reumatologi dell'ASST Gaetano Pini-CTO, impiegano un farmaco contenente l'anticorpo monoclonale denosumab.** Questo farmaco è utilizzato per il trattamento dell'osteoporosi nelle donne dopo la menopausa (osteoporosi post-menopausale), per ridurre il rischio di fratture vertebrali, non vertebrali e del femore nei soggetti con una malattia che ha già dato manifestazioni cliniche 1 . La prescrizione del farmaco è soggetta a piano terapeutico AIFA, attivabile esclusivamente in ambito ospedaliero. «Durante la fase più complicata della pandemia, circa un terzo dei nostri pazienti in trattamento con denosumab non ha potuto avere la rivalutazione clinica, passaggio indispensabile per il rinnovo del Pianto Terapeutico AIFA. Tra coloro che hanno interrotto la regolare assunzione del farmaco, perdendo quindi la continuità terapeutica indispensabile al mantenimento della risposta clinica, circa la metà è andata incontro a nuove fratture da Osteoporosi» spiega il **dott. Massimo Varenna**, direttore dell'Unità Operativa Complessa Osteoporosi e Malattie Metaboliche dell'Osso.

Durante i lockdown i cittadini hanno evitato di rivolgersi alle strutture sanitarie se non strettamente necessario. Questo ha rallentato i processi diagnostici ed è un fattore che ha influito sull'aumento delle fratture di femore dovute alla fragilità ossea. «All'ASST Centro Specialistico Ortopedico Traumatologico Gaetano Pini-CTO di Milano, complice anche il ruolo di hub per l'ortopedia assegnato da Regione Lombardia nel corso della pandemia, sono state ricoverati e operati oltre 1.000 pazienti all'anno, una media di circa 3 al giorno, che è risultata doppia rispetto agli anni precedenti» specifica il **dott. Costantino Corradini**, ortopedico della Seconda Clinica ed esperto di chirurgia delle patologie reumatologiche. Questi dati impongono una maggior attenzione nella prevenzione dell'osteoporosi post-menopausale in ragione del fatto che **il processo di perdita di massa ossea e quindi il progressivo instaurarsi di una fragilità scheletrica coincide con l'inizio della menopausa.**

«In occasione della Giornata mondiale dedicata all'Osteoporosi è doveroso ricordare che **indagini diagnostiche corrette e precoci e un adeguato trattamento portano a una significativa riduzione della fragilità scheletrica e dell'incidenza delle fratture.** Allo stesso modo, esistono oggi trattamenti in grado di ridurre significativamente il rischio che una paziente che ha già subito una frattura da Osteoporosi vada incontro a successive fratture da fragilità» aggiunge la **dott.ssa Chiara Crotti**, reumatologa, parte del team dell'Unità Operativa Osteoporosi e Malattie Metaboliche.

Tra le azioni per prevenire l'osteoporosi, **l'attività fisica gioca un ruolo fondamentale**, come spiega il **dott. Luca Parravicini**, fisiatra, parte del team dell'Unità Operativa Medicina Fisica e Riabilitazione: «L'Organizzazione Mondiale della Sanità raccomanda per migliorare il proprio stato di salute di **svolgere attività fisica moderata per un tempo di 150 minuti settimanali, 5 volte alla settimana.** Questa raccomandazione si traduce nello svolgere la più semplice delle attività possibili: camminare di buon passo mezz'ora al giorno. Questo semplicissimo gesto evita che una vita sedentaria porti all'insorgenza di diverse patologie, compresa l'osteoporosi, che possono causare difficoltà nel cammino e nell'equilibrio, con rischio elevatissimo di caduta e con la conseguenza più grave che questa può portare, ovvero la frattura del femore».

Redazione VareseNews
redazione@varesenews.it