



**isico**

ISTITUTO SCIENTIFICO ITALIANO COLONNA VERTEBRALE

## **Lo sport, anche quello agonistico, fa bene alla scoliosi**

Premiato con il Sosort Award lo studio di Isico che lo dimostra

Milano, 2 maggio - Lo studio di Isico (Istituto Scientifico Italiano Colonna Vertebrale) *EFFECT OF SPORT ACTIVITY ADDED TO FULL-TIME BRACING IN 785 RISSEK 0-2 ADOLESCENTS WITH HIGH DEGREE IDIOPATHIC SCOLIOSIS* si è aggiudicato il premio più prestigioso, il Sosort Award, durante la XIV Conferenza Internazionale Sosort che si è tenuta a San Francisco la scorsa settimana. La ricerca, condotta su oltre 700 pazienti e in fase di pubblicazione, è unica nel suo genere in letteratura: **il campione così ampio raccolto ha dimostrato che chi indossa il corsetto a tempo pieno per curare la scoliosi e fa sport ha maggiori probabilità di migliorare rispetto a chi non ne pratica.**

L'appuntamento, organizzato dall'associazione internazionale più importante che si occupa di trattamento riabilitativo della colonna, ha come ogni anno scelto dieci ricerche che hanno concorso per l'Award, tra questi ben due studi erano condotti da Isico ( l'altro era *Predictors of Results in a 1051 Cohort of Adolescents with Idiopathic Scoliosis at High Risk of Progression*, di Sabrina Donzelli, di Fabio Zaina, Francesca Di Felice, Stefano Negrini).

Dei dieci studi ne sono stati premiati due, il già citato sopra Effect of Sport e una seconda ricerca per la quale compaiono come coautori diversi specialisti di Isico: *Are Lung Functions Related to Spinal Deformities in Patients With Adolescent Idiopathic Scoliosis? A Systematic Review and Meta-Analysis*, di Arnold Wong, Henry Pang, Francesca Di Felice, Stefano Negrini, Matthew Chung, Sabrina Donzelli, Fabio Zaina, Jason Cheung, Dino Samartzis.

Alto, comunque, il livello di tutte le ricerche presentate, a prova di una crescita globale generale sul trattamento conservativo della scoliosi.

“Per noi è stato un grande onore e motivo di profonda soddisfazione non solo per il riconoscimento al lavoro corale di ricerca e raccolta dati che è stato fatto in Isico, ma anche per il messaggio che possiamo dare ai pazienti: **lo sport, praticato più volte a settimana anche a livello agonistico, ha effetti positivi per chi indossa il corsetto e non ha quindi nessun senso vietare l'agonismo a chi ha la scoliosi** - racconta **Alessandra Negrini, fisioterapista e specialista di Isico che ha condotto la ricerca** - Nella ricerca abbiamo incluso 785 pazienti, età media 12 anni, che hanno indossato il corsetto per più di 20 ore al giorno, con curve in media di 40° e che sono stati valutati con una radiografia dopo 6 e 18 mesi dalla prescrizione della terapia in corsetto e di esercizi specifici per la scoliosi”.

Sono stati confrontati i risultati dei pazienti che praticavano sport almeno due volte alla settimana a quelli di chi non praticava sport o lo praticava solo una volta alla

settimana. E' stato considerato come miglioramento una riduzione della curva superiore a 5° gradi Cobb.

“Possiamo affermare che **lo sport**, pur non essendo una terapia come gli esercizi specifici per il trattamento della scoliosi, **ha un impatto positivo nel miglioramento per chi indossa il corsetto rigido (Sforzesco o Sibilla) - continua Negrini - inoltre maggiore è la frequenza sportiva più alta è la probabilità di miglioramento.** Praticare sport una sola volta a settimana non ha nessun effetto positivo, da 2 volte in su invece l'effetto è ben più marcato. Possiamo quindi accantonare i divieti allo sport agonistico che ci sono spesso stati per pazienti con scoliosi e corsetto. Noi, in Isico, abbiamo sempre creduto che poter continuare a praticare il proprio sport sia fondamentale per i nostri pazienti, costretti già ad accettare un cammino in salita nel corso della loro terapia. Lo sport, sovente una passione per questi ragazzi, può semplificare l'accettazione della terapia stessa. Questo è senza dubbio il risultato di maggiore soddisfazione, al di là del premio ricevuto”.

Il passo successivo per la ricerca?

Lo studio non evidenzia uno sport superiore ad altri per impatto positivo: “Non è stato possibile analizzare l'impatto della pallavolo rispetto al nuoto o alla danza, ad esempio, perché i ragazzi fanno scelte personali e cambiano spesso oppure praticano più sport contemporaneamente - conclude la dott.ssa Negrini - ad oggi su questo sappiamo ancora poco, **quello che faremo nel prossimo futuro è valutare l'effetto dei singoli sport**”.

Per ulteriori informazioni:

Miralda Colombo, responsabile Ufficio Stampa

cell. 3355923359

email [miralda.colombo@isico.it](mailto:miralda.colombo@isico.it)