



**isico**

ISTITUTO SCIENTIFICO ITALIANO COLONNA VERTEBRALE

[www.isico.it](http://www.isico.it)

Milano, 29 marzo 2010

Stefano Negrini  
Direttore Scientifico

Michele Romano  
Direttore Tecnico

**Centri**

"Centro P. Sibilla"  
Via R. Bellarmino 13/1  
20141 Milano

"Centro Scoliosi Negrini"  
Corso Pavia 37  
27029 Vigevano (PV)

"ISICO – Trento"  
"Poliamb. Trento Nord"  
Via Renato Lunelli 32  
38100 Trento

"ISICO – Pescara"  
Via Pisa 6  
65100 Pescara

"ISICO – Messina"  
Via dei Mille 89 bis  
98123 Messina

**Ambulatori**

Asti  
Cagliari  
Catania  
Chivasso (To)  
Como  
Cremona  
Cuneo  
Legnago (VR)  
Olbia  
Parma  
Porto S. Giorgio (AP)  
Sassari  
Vicenza  
Voghera

**Segreteria**

Via R. Bellarmino 13/1  
20141 Milano  
Tel. 02.58320947  
Fax 02.58320953  
E-mail [isico@isico.it](mailto:isico@isico.it)

## COMUNICATO STAMPA n° 1/2010

### *Uno studio sulla attività fisica adattata si aggiudica l'ISICO Award 2010*

***Il premio è stato assegnato in occasione del Congresso "R&R"  
organizzato da ISICO sabato 20 marzo 2010***

Il premio ISICO Award ([www.isico.it/award](http://www.isico.it/award)) per il miglior lavoro italiano sulla riabilitazione dei problemi alla colonna vertebrale è andato a Maria Grazia Benedetti (coautori: Berti L, Presti C, Frizziero A, Giannini S) per uno studio dal titolo: *"Effetti di un programma di attività fisica adattata in un gruppo di soggetti anziani con postura flessa: valutazione clinica e strumentale"* pubblicato sulla rivista scientifica *Journal of Neuroengineering and Rehabilitation*. Lo studio è stato premiato con **l'ISICO Award**, consistente in una **targa con menzione d'onore** ed un **premio di ricerca di 2.500 Euro**. Il premio è indetto annualmente da ISICO (Istituto Scientifico Italiano Colonna vertebrale) di Milano, in collaborazione con il Gruppo di Studio della Scoliosi e patologie vertebrali (GSS).

*Per ulteriori informazioni è possibile contattare il Direttore Scientifico di Isico,  
Dott. Stefano Negrini - e-mail [stefano.negrini@isico.it](mailto:stefano.negrini@isico.it)*



## ***Il lavoro vincitore***

***Benedetti MG, Berti L, Presti C, Frizziero A, Giannini S.***

### **Effetti di un programma di attività fisica adattata in un gruppo di soggetti anziani con postura flessa: valutazione clinica e strumentale**

*Laboratorio di Analisi del Movimento Istituti Ortopedici Rizzoli*

*Introduzione:* la postura flessa comunemente aumenta con l'età ed è correlata allo squilibrio muscoloscheletrico ed alla riduzione della performance fisica. La proposta di questo studio clinico era quella di comparare sistematicamente gli effetti di un programma di attività fisica specificatamente rivolta alla postura flessa che interessa una certa percentuale di individui anziani rispetto ad un programma non specifico di esercizi per un totale di 3 mesi.

*Metodi:* I partecipanti sono stati randomizzati in due gruppi: un gruppo seguiva un programma di Attività Fisica Adattata per la postura flessa e l'altro eseguiva un protocollo per persone anziane, non specifico. È stata eseguita una valutazione clinica multidimensionale all'inizio e a 3 mesi la quale includeva dati antropometrici, un profilo clinico, misure di valutazione dello squilibrio muscoloscheletrico e della disabilità. La valutazione strumentale della postura è stata realizzata utilizzando un sistema stereofotogrammetrico e un modello biomeccanico specifico disegnato per descrivere la posizione reciproca dei segmenti del corpo sul piano sagittale in una posizione eretta.

*Risultati:* Il programma di attività fisica adattata ha determinato un miglioramento significativo in vari parametri chiave della valutazione multidimensionale in confronto al protocollo non specifico: riduzione della distanza occipite-muro, maggiore ampiezza di movimento degli arti inferiori, migliore flessibilità dei muscoli pettorali, degli ischiocrurali e dei flessori dell'anca, aumento della forza dei muscoli erettori del tronco. L'analisi stereofotogrammetrica ha confermato una riduzione della protrusione della testa ed ha rilevato una riduzione negli adattamenti posturali compensatori verso la postura flessa, caratterizzati da ginocchio flesso, dorsiflessione della caviglia nei partecipanti al programma specifico.

*Conclusione:* Il programma di Attività Fisica Adattata per la postura flessa migliora significativamente l'allineamento posturale e lo squilibrio muscoloscheletrico negli anziani. La valutazione stereofotogrammetrica della postura è risultata utile per misurare l'allineamento posturale globale specialmente per analizzare le possibili strategie compensatorie agli arti inferiori nella postura flessa.



## *Gli altri 3 lavori premiati*

- **Ripani M<sup>1</sup>, Di Cesare A, Giombini A, Agnello L, Fagnani F, Pigozzi F.**  
Curve del rachide: confronto tra Spinal Mouse e misurazioni radiografiche.  
*J Sports Med Phys Fitness. 2008 Dec;48(4):488-94.*

<sup>1</sup> Dipartimento di Scienza della Salute dell'Università degli Studi di Roma

- **Monticone M<sup>1</sup>, Baiardi P, Ferrari S, Foti C, Mugnai R, Pillastrini P, Vanti C, Zanolli G.**  
Sviluppo della versione italiana dell'Oswestry Disability Index (ODI-I). Adattamento cross-culturale, affidabilità e validità.  
*Spine 2009; 34 (19): 2090-5*

<sup>1</sup> Istituto Scientifico di Lissone, Fondazione Salvatore Maugeri di Milano

- **Paoloni M<sup>1</sup>, Di Sante L, Cacchio A, Apuzzo D, Marotta S, Razzano M, Franzini M, Santilli V.**  
Ossigeno-Ozonoterapia intramuscolare nel trattamento della lombalgia acuta con ernia discale lombare. Uno studio clinico multicentrico, randomizzato, in doppio cieco con iniezione lombare paravertebrale attiva e simulata.  
*Spine 2009; 34 (13): 1337-44*

<sup>1</sup> Università degli Studi di Roma. Divisione di Medicina Fisica e Riabilitazione.

## *ISICO Award 2011*

L'ISICO Award è già stato bandito anche per l'anno 2011. Il regolamento completo è consultabile all'indirizzo internet [www.isico.it/isicoaward](http://www.isico.it/isicoaward). Restando nell'ambito della riabilitazione dei pazienti affetti da disabilità di origine vertebrale, il premio ha le seguenti finalità:

- Riconoscimento nazionale per i migliori ricercatori italiani.
- Divulgazione a livello nazionale della migliore ricerca italiana pubblicata su riviste indicizzate straniere.
- Stimolo alla produttività scientifica.