

Nemi, le risultanze del convegno sull'Osteopatia

La cultura della prevenzione come sinonimo di salute. Concetto che, secondo l'Organizzazione Mondiale della Sanità, equivale a benessere psicofisico capace di riflettersi positivamente a livello personale e familiare ma anche nella società.

Questo il tema sul quale si sono snodati gli interventi nel «Convegno di Prevenzione Sanitaria in Ortopedia e Osteopatia» ospitato nell'Aula Consiliare del Comune di Nemi lo scorso 29 settembre.

L'incontro è stato il punto di sintesi di un programma di attenzione alla salute, avviato gratuitamente lo scorso giugno presso il Centro Anziani della cittadina delle Fragole e dei Fiori dove i residenti, soprattutto in terza fascia di età, sono stati monitorati per studiarne comportamenti e abitudini da collegare poi alle patologie riscontrate.

Patrocinato dal Comune di Nemi e dalla Regione Lazio tramite il suo «Progetto Te per la Terza Età», il programma di studio è stato messo in atto dall'Associazione dei Nuovi Castelli Romani, da oltre 15 anni attiva sul territorio nel campo della prevenzione sanitaria.

A disposizione dei nemesi, due tra i sanitari specialisti che collaborano con la NCR: il dott. Pierfrancesco Cini, fisioterapista e osteopata, docente di Osteopatia EOP presso la scuola Alain Bernard di Roma e il dott. Domenico Lecce, medico chirurgo, specialista in Ortopedia e Traumatologia.

Discipline terapeutiche che, apparentemente convergenti, agiscono invece in sincrono migliorando il benessere della persona. Per entrambi i professionisti, alla base delle patologie scheletriche, della schiena, dell'anca e del ginocchio evidenziate nei pazienti sottoposti ad esame, c'è la mancanza di movimento dovuta alla sedentarietà e alla postura, ovvero la cattiva forma che giustifica e determina il mal funzionamento del tutto.

«La vita sedentaria dei nostri giorni, è la causa delle tante patologie a carico dell'apparato miofascioscheletrico presenti nei cittadini di Nemi come nella media degli italiani – ha detto il dott. Cini -. La cervicalgia e la lombalgia sono state le principali. Per un target di età più avanzata, invece, sono stati evidenziati anche problemi al ginocchio e all'anca di natura prevalentemente degenerativa. Le abitudini di vita dei residenti nei Castelli Romani si sono purtroppo staticizzate con i lavori di ufficio – ha proseguito l'osteopata -. E' chiaro, quindi, come la cattiva condizione della colonna vertebrale costretta ore nella stessa posizione, sia il preludio di patologie originate dalla cattiva postura come il mal di schiena, il dolore all'anca e al ginocchio. Disturbi che poi evolvono in ernia, discopatia, artrosi all'anca e al ginocchio».

«In questa campagna di prevenzione – ha spiegato il dott. Lecce – sono stati rilevati disturbi legati all'osteoporosi e all'artrosi. Patologie presenti nel 60% delle persone ultrasettantenni, mentre una donna su tre già dopo i 60 anni soffre di osteoporosi: una malattia silente che, solo per una banale caduta, può avere effetti devastanti. Si pensi – ha aggiunto – che una semplice frattura del collo del femore, per un anziano può significare la morte nel 30% dei casi. L'artrosi progredisce con l'età o nei pazienti anche giovani protagonisti di attività sportive eccessive. In entrambi i casi la protesi, quando la malattia colpisce anca o ginocchio, è l'ultima risorsa. Prima ci sono la rieducazione e le infiltrazioni: l'intervento solo quando il rischio è bilanciato al beneficio».



Per Cini e Lecce sì alla terapia farmacologica che può aiutare ad alleviare il sintomo. Ma non è la soluzione che deve essere individuata nel cambiamento delle abitudini di vita, nella manipolazione e nella rieducazione alla postura: strategie precauzionali con le quali l'intervento chirurgico può anche essere scongiurato. «Anche se, soprattutto per i più giovani e impegnati nel lavoro, è più facile chiedere un farmaco anziché fare riabilitazione» ha aggiunto il dott. Lecce evidenziando come proprio grazie ad un accurato controllo medico, possano essere rivelate fratture vertebrali scambiate per

