



GSS NEWS

www.gss.it

Anno XIII, Numero 4 - 30 aprile 2010

GRUPPO DI STUDIO DELLA SCOLIOSI
E DELLE PATOLOGIE VERTEBRALI

Il GSS - Gruppo di Studio della Scoliosi e delle patologie vertebrali - rispetta la vostra privacy! La lista degli iscritti e' strettamente riservata e non verra' mai fornita a terzi. Se non volete piu' ricevere le News, trovate piu' avanti le istruzioni per la rinuncia

In questo numero:

- ** NOTIZIE DALLA LETTERATURA
- ** REVISIONE DALLA LETTERATURA
- ** GIORNATA DI AGGIORNAMENTO SULLA SCOLIOSI
- ** LINK UTILI
- ** LA CITAZIONE

NOTIZIE DALLA LETTERATURA a cura di Alessandra Negrini

+ L'ATTIVITÀ FISICA RIDUCE I PROBLEMI MENTALI
Etgen, Archives of Internal Medicines, 2010

Nell'anziano possono insorgere "deficit cognitivi": memoria debole, difficoltà nell'elaborazione del pensiero, nella scelta delle parole corrette...

Il disturbo affligge tra il 10 e il 20% della popolazione anziana. I sintomi possono aggravarsi fino a una vera e propria demenza senile, disturbo gravemente invalidante, che ostacola l'autosufficienza e la possibilità di vivere normalmente.

Uno studio recente di Etgen ha confermato che praticando regolarmente attività fisica si riduce il rischio di sviluppare un deficit cognitivo negli anziani.

Per la ricerca sono state seguite per 2 anni 3903 persone di età superiore a 55 anni, uomini e donne. Il livello di attività fisica è stato classificato come assente (neanche una volta alla settimana), moderato (meno di tre volte alla settimana), elevato (tre o più volte alla settimana).

Dopo due anni, Etgen ha rilevato che chi praticava un'attività fisica elevata o moderata aveva probabilità significativamente inferiori di sviluppare un deficit cognitivo.

Nel gruppo che non praticava attività fisica i casi di deficit cognitivo sono risultati il doppio.

+ KETOPROFENE: ATTENZIONE AL SOLE!
Reazioni - AIFA, 2009

In Francia sono stati ritirati dal commercio dal mese di gennaio 2010 i gel antidolorifici a base di ketoprofene (in Italia Fastum gel, Artrosilene, Lasonil, Orudis e altri, molto usati anche per il mal di schiena) perché provocano troppo di frequente fotoallergia: se ci si espone al sole o a una lampada UVA dopo essersi spalmati sulla cute un gel antidolorifico a base di ketoprofene possono insorgere problemi alla pelle, da semplici arrossamenti a gravi reazioni allergiche. Malgrado l'inserimento di un segno grafico sulla confezione che invita i pazienti a non esporsi al sole, anche se velato, dopo l'applicazione del gel, tra il gennaio 2001 e il febbraio 2009 sono state riportate in Francia 371 reazioni allergiche, di cui 62% gravi, con eczemi e bolle estesi anche oltre la zona di applicazione, che in taluni casi hanno comportato l'astensione dal lavoro e il ricovero in ospedale.

Vista l'efficacia da scarsa a moderata di tale farmaco e l'esistenza di alternative terapeutiche, l'Agenzia Francese della Sicurezza Sanitaria ha deciso di sospendere l'autorizzazione e ha informato di tale decisione l'Agenzia europea per i medicinali (EMA), la Commissione europea e i laboratori interessati. Di conseguenza, verrà intrapresa a livello europeo una procedura di rivalutazione del rapporto rischi-benefici dei gel contenenti ketoprofene.

In Italia è stato posto sulla confezione un simbolo con il sole barrato e l'indicazione di non esporsi ai raggi del sole o a solarium durante il trattamento e fino a due settimane dopo.

REVISIONE DALLA LETTERATURA a cura di Fabio Zaina

+ L'EFFICACIA DEGLI ESERCIZI PER LA STABILIZZAZIONE DEL COLLO NELLA CERVICALGIA

Dusunceli Y et al (Bornova-Izmir, Turkey). J Rehabil Med. 2009 Jul;41(8):626-31

Da

[http://www.gss.it/news/doc/ESERCIZI PER LA STABILIZZAZIONE DEL COLLO.pdf.pdf](http://www.gss.it/news/doc/ESERCIZI_PER_LA_STABILIZZAZIONE_DEL_COLLO.pdf.pdf)

Gli esercizi di stabilizzazione sono più efficaci delle terapie fisiche per la cervicalgia. Questo è il risultato ottenuto da uno studio solido e di buona qualità, pubblicato su Journal of Rehabilitation Medicine. In particolare, tra gli esercizi si dimostrano più efficaci a lungo termine quelli di stabilizzazione rispetto allo stretching e agli esercizi isometrici.

Uno dei pregi di questo studio è di aver indagato le terapie fisiche, tanto usate nella pratica clinica quanto poco studiate dal punto di vista della ricerca: TENS, ultrasuoni e infrarossi hanno mostrato qualche beneficio a breve termine ma non a lungo termine. Altro pregio è quello di aver descritto in maniera dettagliata il programma di stabilizzazione utilizzato nello studio. (FZ)

GIORNATA DI AGGIORNAMENTO "LA SCOLIOSI IDIOPATICA: STRUMENTI DI VALUTAZIONE, PROTOCOLLI DI TERAPIA ED ESERCIZI SPECIFICI" MILANO, 26 GIUGNO 2010

+ <http://www.gss.it/notizie/giornata10.htm>

A causa dell'esaurimento dei posti disponibili nel novembre scorso, la "Giornata sul Trattamento della Scoliosi" sarà ripetuta a Milano, sabato 26 giugno 2010, con lo stesso programma e obiettivi:

- apprendere le modalità del lavoro in equipe;
- conoscere i principali strumenti di valutazione: pregi, limiti e modalità applicative;
- scegliere il trattamento più appropriato in base alla tipologia del paziente.

Quote ridotte per le iscrizioni i entro il 31 maggio 2010.

Programma, informazioni e modalità di iscrizioni:

<http://www.gss.it/notizie/giornata10.htm>

LINK UTILI

+ http://www.partecipasalute.it/cms_2/node/1467

Le persone che soffrono di patologie croniche hanno meno possibilità di collegarsi a Internet rispetto ad altre persone, ma quando sono online sono più propensi, rispetto agli altri, ad utilizzare i blog e altri strumenti partecipativi disponibili in rete attraverso i quali discutere dei propri problemi di salute.

+ http://www.gss.it/la_ginnastica_aerea.pdf

La ginnastica aerea del circo può correggere la scoliosi?

Gli autori prendono in considerazione e pongono in discussione un nuovo metodo di ginnastica per "correggere" la scoliosi.

LA CITAZIONE

Una gran parte di quello che i medici fanno e' insegnato loro dai malati (M. Proust)

PERCHE' ASSOCIARSI AL GSS

+ Accresce le competenze e promuove il progresso professionale

(www.gss.it/associa.htm)

+ Offre un aggiornamento continuo e di alta qualità nel settore delle patologie vertebrali (www.gss.it/attivita.htm)

+ Consente un notevole risparmio di tempo e di denaro perché offre il servizio di selezionare e riassumere in italiano gli articoli delle più qualificate riviste scientifiche a livello internazionale (www.gss.it/fonti.htm).

QUALCHE CHIARIMENTO

-- Cos'è il GSS?

Il Gruppo di Studio della Scoliosi e delle patologie vertebrali è un'associazione scientifica no-profit.

Per maggiori chiarimenti, vai alla pagina <http://www.gss.it/gss.htm>

È possibile iscriversi al GSS anche direttamente via Internet: vai alla pagina <http://www.gss.it/scheda.htm>

-- Cosa sono le GSS News?

Le GSS News (che state leggendo adesso) sono una pubblicazione mensile che viene GRATUITAMENTE inviata via e-mail a chiunque (Soci e non) ne fa richiesta.

-- Cos'è GSS Online?

È un insieme di servizi e iniziative offerti via Internet ai Soci del GSS.

Per maggiori informazioni vai a <http://www.gss.it/online/index.htm>

* Vi invitiamo a distribuire liberamente le GSS News, senza alcuna modifica, a chiunque possa essere interessato.

* È possibile consultare i numeri arretrati delle News dalla pagina

<http://www.gss.it/news/index.htm>

Abbonamento/Rinuncia

Per ricevere le GSS News, inviare una e-mail a:

abbonami@gss.it

Per non ricevere più le GSS News, inviare una e-mail a:

rimuovi@gss.it

Gruppo di Studio della Scoliosi e delle patologie vertebrali

Casella postale 89

27029 Vigevano PV

Tel./Fax 0381 23617

E-mail: gss@gss.it

<http://www.gss.it>