



Il GSS - Gruppo di Studio della Scoliosi e della colonna vertebrale - 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

** GIORNATA DI AGGIORNAMENTO

** LINK UTILI

** LA CITAZIONE

NOTIZIE DALLA LETTERATURA a cura della Segreteria Scientifica del GSS

<http://www.gss.it/segret.htm>

+ GLI INCIDENTI STRADALI INnescano IL DOLORE CRONICO
Jones, Arthritis Care & Research, 2011

Varie evidenze indicano che i traumi fisici possono innescare dolori diffusi cronici e "fibromialgia" con modalità difficili da spiegare. Jones ha recentemente verificato la relazione di un trauma con l'insorgenza di dolore diffuso cronico in uno studio basato sulla popolazione, osservando 2069 individui che non presentavano questo disturbo all'inizio dello studio e verificando la sua comparsa in un periodo di osservazione di 4 anni.

I soggetti dello studio hanno fornito dati sul dolore muscolo-scheletrico e sull'angoscia psicologica in tre diversi momenti di verifica nel corso dei 4 anni dello studio. I ricercatori hanno interrogato tutti i soggetti riguardo all'esposizione a sei eventi fisicamente traumatici: incidenti stradali, incidenti sul lavoro, interventi chirurgici, fratture, ricovero in ospedale e parto.

Nel corso dei quattro anni dello studio, il 12% dei soggetti ha riportato la comparsa di dolore diffuso cronico.

Tuttavia, quando i ricercatori hanno controllato la presenza di fattori potenzialmente confondenti, solo l'esposizione a incidenti stradali aumentava il rischio di sviluppare dolore diffuso cronico. Gli individui che erano stati coinvolti in un incidente stradale, avevano l'84% di

probabilità in più di sviluppare questo problema rispetto a chi non era stato esposto a questo tipo di evento traumatico.

+ IL TRATTAMENTO DEL MAL DI SCHIENA DEVE AVERE L'OBIETTIVO DI MIGLIORARE I RAPPORTI SOCIALI?

Holt-Lunstad, PloS Medicine, 2010

Una recente meta-analisi conferma in modo clamoroso che le relazioni sociali hanno un forte impatto sulla salute dell'uomo. Gli individui che hanno relazioni sociali ricche vivono più a lungo e sono più sani. Da un certo punto di vista, non è sorprendente. Gli uomini sono animali sociali. Le relazioni sociali sono vitali per procurare cibo e risorse sufficienti per sopravvivere. Aiutano ad affrontare e superare le difficoltà della vita. Favoriscono l'adattamento e risposte neuroendocrine sane. Mediano il dolore.

Tuttavia, la medicina moderna ignora ampiamente la questione. Questo argomento è certamente attinente alla lombalgia e al suo trattamento. Sfortunatamente, il mal di schiena spesso porta a una limitazione dell'attività e a una riduzione delle relazioni sociali. La disabilità al lavoro potrebbe rappresentare il colpo di grazia. Holt-Lunstad ha recentemente effettuato una meta-analisi raccogliendo dati da 148 studi per verificare l'influenza delle relazioni sociali sulla longevità. I dati tratti da 308.849 individui, seguiti per una media di 7,5 anni, indicano che gli individui con relazioni sociali adeguate hanno una probabilità di sopravvivere superiore del 50% a quella degli individui con relazioni sociali povere o scarse.

Holt-Lunstad consiglia agli operatori sanitari di considerare seriamente questi dati, aggiungendo ai fattori di rischio quali fumo, dieta ed esercizi anche le relazioni sociali.

Fortunatamente, le raccomandazioni evidence-based per il trattamento della lombalgia incoraggiano un rapido ritorno all'attività e al lavoro. Queste raccomandazioni dovrebbero includere anche la ripresa delle normali relazioni sociali. Holt-Lunstad sostiene che i governi dovrebbero imparare a guardare al di là delle cause "mediche" delle patologie, nello sforzo di promuovere la salute e il benessere.

+ RENDERE I FARMACI PER IL DOLORE PIÙ SICURI CON BUGIARDINI (FOGLI ILLUSTRATIVI DEI MEDICINALI) PIÙ CHIARI

King, American Journal of Preventive Medicine, 2011

Decine di migliaia di persone muoiono ogni anno per l'uso, il cattivo uso e l'abuso dei farmaci per il dolore. Molte morti sono causate dall'uso ed abuso di farmaci oppioidi, ma anche i farmaci da banco per il dolore, dai farmaci antinfiammatori non steroidei (FANS) all'acetaminofene (paracetamolo), provocano molte perdite. Alcuni studi riportano che le emorragie provocate da FANS provocano nel

mondo più di 10.000 morti all'anno.

Probabilmente, questo è dovuto in parte al fatto che le informazioni sui bugiardini di questi farmaci spesso sono troppo difficili per la comprensione dei consumatori.

In uno studio recente, King ha condotto interviste individuali per verificare le conoscenze sui farmaci da banco più popolari, il grado di comprensione da parte dei consumatori delle informazioni di sicurezza sui bugiardini dei farmaci, e l'impatto dell'alfabetismo su entrambe le questioni precedenti.

Lo studio era focalizzato sull'acetaminofene (paracetamolo), il farmaco per il dolore più diffusamente raccomandato nelle Linee Guida per il mal di schiena, ma esaminava anche le conoscenze su altri farmaci da banco per il dolore.

Gli individui dello studio avevano conoscenze inadeguate sugli ingredienti attivi dei farmaci per il dolore, alcuni avevano sentito parlare di acetaminofene e ibuprofene, ma non conoscevano la differenza. I soggetti avevano conoscenze inadeguate anche sui rischi correlati a questi farmaci.

Tutti i partecipanti allo studio hanno affermato che avrebbero gradito icone standardizzate utili per identificare meglio la sostanza attiva e per sottolineare la dose massima di farmaco che poteva essere consumata in modo sicuro nelle 24 ore, oltre ad avvertimenti più chiari sui potenziali effetti collaterali negativi.

GIORNATA DI AGGIORNAMENTO SUL TRATTAMENTO DELLA IPERCIFOSI QUOTA RIDOTTA PER LE ISCRIZIONI ENTRO IL 5 OTTOBRE 2011

Sabato 5 novembre 2011 si svolgerà a Milano la Giornata di Aggiornamento sul tema:
**IPERCIFOSI E CIFOSI DORSOLOMBARE IN ETA' EVOLUTIVA -
IMPARARE TRAMITE CASI CLINICI: DALLA PRATICA ALLA TEORIA**

Dopo un'impostazione iniziale delle basi teoriche, verranno presentati e discussi numerosi casi clinici, riprendendo e analizzando i concetti della teoria mentre si vedono i casi concreti.

OBIETTIVI FORMATIVI

1. acquisire una conoscenza teorica completa circa il trattamento della ipercifosi e cifosi dorso lombare in età evolutiva
2. comprendere i percorsi riabilitativi più adeguati a fronte dei singoli quadri clinici
3. conoscere ortesi e le tecniche riabilitative corrette da applicare
4. verificare in pratica con casi clinici pertinenti le conoscenze acquisite

5. conoscere gli strumenti educativi più adeguati per la prevenzione

PROGRAMMA E MODALITA' D'ISCRIZIONE:

+ http://www.gss.it/notizie/giornata_novembre_2011.htm

Segreteria: GSS tel/fax 0381.23617 (ore 9-16)

QUOTE DI ISCRIZIONE

- Per i soci GSS (o loro delegato):

entro il 5 ottobre Euro 140 invece di 260 (Euro 160 invece di 310 dopo il 5/10)

- Per gli abbonati alla News Letter (non soci GSS) e i collaboratori dei soci:

entro il 5 ottobre, Euro 190 invece di 260 (Euro 230 invece di 310 dopo il 5/10)

I POSTI SONO LIMITATI: le domande saranno accettate in base alla data di spedizione.

Richiesti Crediti ECM.

LINK UTILI

+ http://www.partecipasalute.it/cms_2/node/40

Partecipare alla ricerca insieme alle associazioni.

Gli studi clinici sono sempre più onerosi e ormai in grande misura finanziati dall'industria farmaceutica. Purtroppo questo fatto influenza tutto il processo della ricerca: dal quesito originario, al disegno e conduzione dello studio, sino alla pubblicazione, diffusione e commento dei risultati

+ http://www.partecipasalute.it/cms_2/node/1774

Finalmente prove certe a supporto dei farmaci antidolorifici.

Una recente revisione Cochrane valuta gli effetti dei diversi farmaci antidolorifici e segnala i farmaci per i quali le prove di efficacia sono scarse o inesistenti, aiutando medici e pazienti a prendere decisioni informate su quale antidolorifico utilizzare.

LA CITAZIONE

Tutte le sostanze sono veleni: non ce n'e' nessuna che ne sia esente.

La giusta dose distingue un veleno da una cura (Paracelo)

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 della colonna vertebrale 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 piu' le GSS News, inviare una e-mail a:
rimuovi@gss.it

Gruppo di Studio della Scoliosi e della colonna vertebrale
Casella postale 89
27029 Vigevano PV
Tel./Fax 0381 23617
E-mail: gss@gss.it
<http://www.gss.it>