

Introduzione

Susanna Maddali Bongi

Le malattie reumatiche sono patologie complesse che causano dolore cronico e notevoli compromissioni fisiche, psichiche e sociali, fino a grave disabilità. In Italia occupano il secondo posto nella scala di morbosità di tutte le malattie, dopo quelle del sistema cardiovascolare, e il primo posto tra le affezioni cronico-degenerative. La loro prevalenza nei soggetti adulti è del 26.7%.

Tutte le malattie reumatiche, pur diverse tra loro per eziologia, gravità e decorso, creano notevole disabilità sia nelle attività della vita quotidiana sia in quelle socioeconomiche, tra cui le lavorative. Il recente *Rapporto sociale sull'Artrite Reumatoide*, realizzato dal Censis, dalla Società Italiana di Reumatologia e dall'Associazione Nazionale Malati Reumatici (*Un percorso a ostacoli. Primo Rapporto sociale sull'Artrite reumatoide*, 2008), rileva la presenza di importanti disabilità quotidiane nelle attività domestiche in circa la metà dei pazienti con artrite reumatoide e una notevole modificazione dell'attività lavorativa nel 22.7% degli intervistati, fino alla cessazione.

Molte sono le pubblicazioni che evidenziano il grave impatto delle diverse malattie reumatiche (reumatismi flogistici cronici, fibromialgia, lombalgia cronica, osteoartrosi, connettiviti ecc.) sulla disabilità lavorativa e i conseguenti costi sociali. Un'indagine dell'Osservatorio Sanità e Salute del 2008 riferisce che in Italia il totale dei costi socioassistenziali per le malattie reumatiche croniche supera i 4 miliardi di euro all'anno.

Secondo il Piano d'indirizzo per la Riabilitazione, del Ministero della Salute del 2011, il malato reumatico può essere definito una persona ad alta complessità in quanto affetta da malattia cronica, spesso associata a compromissione sistemica, comorbilità e complicazioni. La riabilitazione di tali malati risulta pertanto di estrema necessità e complessità.

A fronte di questa situazione, tuttavia, a oggi la riabilitazione reumatologica è scarsamente conosciuta e attuata, contrariamente alla riabilitazione in altre discipline, quali la neurologia, la cardiologia o l'ortopedia, che spesso ingloba, senza averne la competenza, anche i pazienti reumatici.

Ne deriva che i reumatologi si limitano a prescrivere farmaci, i fisiatristi non si occupano della riabilitazione in campo reumatologico, i fisioterapisti applicano le stesse metodiche che adottano nel malato traumatizzato o post-chirurgico, spesso aggravando la malattia reumatica; analogamente si comportano i podologi.

Al contrario, la riabilitazione reumatologica è in grado, se correttamente prescritta ed effettuata, di potenziare l'efficacia della terapia farmacologica, riducendone l'utilizzo, d'incidere

in modo rilevante sull'evoluzione verso la disabilità delle malattie reumatiche più gravi e di migliorare la qualità di vita dei pazienti.

Da alcuni anni la letteratura scientifica ha iniziato a confermare le evidenze di efficacia descritte dai pochi centri che applicano il corretto approccio riabilitativo, e i congressi nazionali e internazionali hanno cominciato a inserire nel programma sessioni di riabilitazione reumatologica.

Tuttavia scarse sono a tutt'oggi le competenze nell'ambito specifico della riabilitazione delle malattie reumatiche, sia nel campo della formazione che sul territorio.

D'altronde, il malato reumatico necessita di un approccio specifico, personalizzato e globale: la complessa riabilitazione segmentaria che cura le parti del corpo più compromesse deve sempre necessariamente essere affiancata da un approccio globale che si occupi non solo dell'apparato muscolo-scheletrico *in toto*, ma anche delle difficoltà psicosociali che le malattie reumatiche provocano. È pertanto indiscutibile che tutti gli operatori sanitari che si prendono cura dei malati reumatici (in particolare reumatologi, fisiatristi, fisioterapisti e podologi) debbano avere una formazione specifica sulle necessità riabilitative nell'ambito delle diverse malattie reumatiche, e delle loro differenti fasi, nonché delle metodiche riabilitative che possono essere utili, personalizzandole, ai pazienti che ne sono affetti.

Questo volume si propone di divulgare la conoscenza delle metodiche riabilitative adatte al malato reumatico e le loro indicazioni nelle diverse patologie, a tutti gli operatori sanitari che curano i malati reumatici.

Il reumatologo per primo deve conoscere le tecniche di riabilitazione che possono essere vantaggiose al malato reumatico, avendo il ruolo di proporre il percorso riabilitativo al paziente che sta curando e di coordinare il team riabilitativo, arricchendolo delle figure professionali di cui i singoli pazienti necessitano.

Il manuale si propone di essere sintetico e pratico. Non ha quindi la pretesa di essere esaustivo su tutte le tecniche riabilitative applicabili al malato reumatico già diffusamente conosciute e praticate (ad esempio quelle segmentarie dell'artrosi), per le quali si rimanda qui ai testi di fisioterapia e ai siti specifici sui vari argomenti. Nella presente edizione del testo vengono descritte le tecniche riabilitative che si sono dimostrate efficaci nella nostra esperienza di trent'anni di lavoro assistenziale e scientifico in questo settore. Il testo è arricchito dalla proposta di alcune metodiche meno conosciute, come le terapie mente-corpo (*mind-body therapies*), che, nella nostra esperienza, si sono rivelate di grande aiuto nel paziente reumatico.

La ricerca scientifica ha ampiamente dimostrato che il trattamento riabilitativo delle malattie reumatiche, data la varietà dei sintomi che producono, dev'essere multidisciplinare; come multidisciplinare dev'essere la formazione dei fisioterapisti che si apprestano a trattare pazienti così complessi.

Per tale motivo ogni argomento è introdotto da un capitolo contenente la descrizione delle evidenze scientifiche e delle linee-guida elaborate dalle società scientifiche nelle diverse nazioni (se esistenti), scritto da reumatologi esperti nel settore, da cui deriva il razionale delle indicazioni alle diverse metodiche, in modo da formare il reumatologo alla prescrizione di percorsi riabilitativi personalizzati alle esigenze dei singoli pazienti.

La valutazione del malato reumatico che precede la riabilitazione dev'essere molto accurata e deve riguardare la salute globale del paziente in tutte le sue componenti fisiche, psichiche, comportamentali e relazionali. Pertanto i capitoli che riguardano la valutazione globale del malato sono scritti da competenti nei vari settori (reumatologo, posturologo, neurofisiologo, psicologo), in modo da dare ai reumatologi e ai fisioterapisti semplici strumenti atti a discriminare le necessità dei diversi pazienti per personalizzare il trattamento e monitorarne i risultati. Ai fisioterapisti competenti in malattie reumatiche spetta la descrizione di tutta la valutazione settoriale antropometrica e clinimetrica.

Nella prima parte del volume le varie metodiche globali sono descritte da fisioterapisti, ognuno rigorosamente nell'ambito della propria competenza specialistica, della tecnica e dell'applicazione della stessa alle malattie reumatiche.

Nella seconda parte, la trattazione delle malattie reumatiche è effettuata in maniera sintetica da reumatologi, mentre i fisioterapisti descrivono le specifiche tecniche settoriali, divise per patologia, e, insieme ai reumatologi, il razionale e la tempistica dell'integrazione delle varie metodiche settoriali e globali.

I contenuti del libro sono arricchiti da approfondimenti e filmati visibili gratuitamente sul sito www.riabilitazionereumatologica.org, che rendono anche più semplice l'apprendimento delle metodiche descritte.

La stesura dei contributi da parte di specialisti di discipline diverse evidenzia un comune percorso riabilitativo e sottolinea la necessità, per il malato, della continua collaborazione tra i membri del team, che nasce spontanea solo se è presente la formazione comune, appunto l'intento principale del presente testo.

Esso è dunque diretto ai medici, in particolare reumatologi e fisiatri e agli *health professionals*, in particolare i fisioterapisti.

Viene adottato come libro di testo nel *master* di Riabilitazione reumatologica di Firenze e si presta a essere adottato anche nell'insegnamento di Reumatologia dei corsi di laurea per fisioterapisti e nelle Scuole di specializzazione in Reumatologia.

Infine, dato il linguaggio semplice e comprensibile, il manuale è adatto pure agli stessi malati reumatici che, ben consapevoli dell'inefficacia della sola terapia farmacologica, soffrono tuttora della mancanza di competenze nel campo della riabilitazione e necessitano di una guida per poter discernere quali siano le tecniche da evitare nella loro situazione e quali possano invece aiutarli nella soluzione dei rispettivi problemi.

Date l'efficacia e la complessità della riabilitazione reumatologica, è indispensabile divulgarne la conoscenza ed estenderla sul territorio italiano e negli altri Stati, incentivando l'effettuazione di studi scientifici, l'elaborazione di linee-guida e formando personale medico e paramedico altamente specializzato che possa validamente effettuarla a tutti i malati reumatici a cui sia necessaria. Questi sono gli ambiziosi obiettivi che si propongono sia il libro che il sito www.riabilitazionereumatologica.org.