

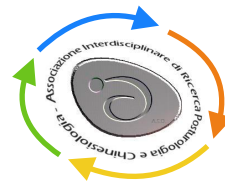
Deformità vertebrali e trattamento



**CENTRO DI
ECCELLENZA PER LO
STUDIO DELLE
MALATTIE VERTEBRALI**



Network Europeo



Airpec SRS
Scientific Research Section

Legga attentamente queste pagine.

Le deformità vertebrali, scoliosi e ipercifosi, sono malattie del tessuto osseo, determinate spesso da un corredo genetico a carattere recessivo, ovvero esistono già in famiglia. Esse comportano un disequilibrio delle forze che agiscono sulla colonna vertebrale e, durante tutto il tempo della crescita scheletrica (fino ai 17-19 anni di età), le deformità evolvono peggiorando la forma e la funzione della colonna vertebrale.

Il periodo maggiormente evolutivo delle scoliosi e delle ipercifosi, durante l'accrescimento scheletrico, è l'età puberale, dove le trasformazioni somatiche sono maggiormente veloci.

Agire tempestivamente sulle deformità, ovvero prima di questa età, attraverso un trattamento mirato e altamente specifico, è un modo efficace per condizionare la crescita vertebrale, così da ridurre o arrestare e, in alcuni casi, invertire l'evoluzione delle deformità.

L'unico modo per prevenire le deformità vertebrali è perciò una diagnosi precoce: non esistono infatti segni predittivi delle deformità che possano indicare un trattamento specifico preventivo, se non quando la deformità è già in atto e ben visibile.

L'età indicata per verificare la presenza di eventuali deformità è tra i 6 e gli 8 anni, all'inizio del periodo scolastico.

In questa pubblicazione:

Gestione della colonna vertebrale;

Ergonomia e Postura della colonna vertebrale;

Deformità vertebrali: cosa c'è a supporto di un trattamento specifico e di alta qualità;

I professionisti che concorrono al trattamento della colonna vertebrale;

Un'associazione di Ricerca Scientifica che si prende cura di lei.

Rimaniamo a sua completa disposizione per qualsiasi ulteriore chiarimento sulla corretta gestione della colonna vertebrale nella quotidianità, sul percorso di trattamento e sugli obiettivi di risultato, a medio e lungo termine. Migliorando la sua comprensione sul percorso di trattamento, potrà aiutare suo figlio/a a prendere coscienza del problema e ad acquisire una consapevolezza maggiore sulla necessità di mantenere una postura corretta della colonna vertebrale. La invitiamo a conservare questa pubblicazione ed a rileggerla ogni volta che avesse dubbi o incertezze. Faremo del nostro meglio per garantire un percorso di crescita ed educazione motoria efficace della colonna vertebrale, usando tutte le attenzioni necessarie, le metodiche di trattamento più aggiornate, il controllo costante di ogni singolo esercizio proposto durante ogni singola esecuzione e tutta la nostra esperienza professionale.

Gestione della colonna vertebrale.

Muoversi.

La staticità è una delle cause predittive di postura scorretta. Oltre al trattamento specifico è importante ridurre i periodi di staticità non necessari, praticare un'attività fisica regolare e mantenersi attivi per il maggior tempo possibile durante la giornata.

Stare seduti.

La posizione seduta è ad alto rischio di aumento della velocità di deformità vertebrale. Sarà necessario revisionare le posture e l'ambiente di studio, la posizione e l'uso di computer ed altri device (cellulare, tablet), evitando di sedere su poltrone e divani, ovvero sedute morbide. Troverà indicazioni specifiche nella pagina successiva.

Consigli importanti.

Il Corsetto Ortopedico

Se il trattamento vertebrale specifico, oltre alla ginnastica correttiva/posturale, prevede l'uso del Corsetto Ortopedico, questo deve essere indossato secondo la prescrizione del Medico Specialista. Le ore di uso del Corsetto devono essere sempre continuative e l'uso notturno sempre compreso. Le ore di ablazione (ovvero senza Corsetto) invece, devono essere sempre diurne e, possibilmente, continuative, evitando di togliere il Corsetto per piccoli periodi durante il giorno. Le condizioni meccaniche dell'ortesi vanno controllate periodicamente, affinché si possa garantire che le zone di spinta correttiva del Corsetto siano sempre efficienti e localizzate nei punti giusti, durante la crescita scheletrica.

La pulizia del corsetto va effettuata frizionando con un panno imbevuto d'acqua e sapone neutro, nei punti più resistenti alla pulizia si può usare alcool denaturato, risciacquando con un panno bagnato.

Il gesso di Risser o Cotrel.

L'uso del Corsetto gessato per alcune settimane può potenziare l'azione correttiva del Corsetto e viene prescritto solo se esistono le indicazioni di predittività all'intervento chirurgico e se il torace del paziente può sopportare un trattamento più intenso.

Durante l'uso del Corsetto Gessato, potrebbero presentarsi sintomi dolorosi vertebrali o toracici che vanno valutati con attenzione e risolti solo se non hanno caratteristiche transitorie. Eventuali dolori addominali, urenti e/o ingravescenti, resistenti anche a cure farmacologiche, vanno invece immediatamente riferiti al Medico o al responsabile del trattamento, tenendo ben presente che, in presenza di tali dolori, **IN NESSUN CASO IL CORSETTO GESSATO DEVE ESSERE TAGLIATO E ABLATO** ma sarà necessario eseguire una procedura gastroenterica preliminare per diminuire la pressione intra-addominale. È bene dunque rivolgersi sempre al proprio medico Pediatra o di Base ed informarci immediatamente di qualsiasi decisione.

Sport ed attività motoria.

Durante tutto il periodo di trattamento le attività motorie a carattere generale o sportivo possono essere eseguite con regolarità e senza limitazioni. Non esistono controindicazioni al movimento, sebbene nei casi di grave ipercifosi o scoliosi oltre i 30 gradi radiografici e che hanno un potenziale evolutivo alto, il nuoto, la ginnastica artistica, ritmica e la danza classica, potrebbero essere sconsigliate o revisionate nell'intensità o distribuzione settimanale. Utile sarebbe concordare il tipo di attività motoria preventivamente.

STUDIO DI CHINESIOLOGIA CALABRO'

Lo zaino scolastico.

Contrariamente a ciò che si pensa, il trasporto dello zaino scolastico non è motivo di deformità vertebrale o del suo peggioramento. È stato dimostrato infatti che il trasporto di zaini che pesano più del 30% del peso corporeo, possono provocare solo dolori muscolari benigni e transitori se trasportati per tempi superiori a 20 minuti e succede solo a 11 persone su 100. La questione più importante è piuttosto perchè i ragazzi spesso non siano allenati al trasporto di uno zaino pesante per pochi minuti... sarebbe utile riflettere su questo aspetto.

Ergonomia e Postura della colonna vertebrale.

(Segua attentamente queste indicazioni specifiche)

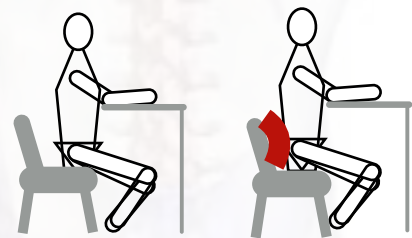
Posizioni sedute *NON* corrette.

Tutte le posizioni su sedute morbide (poltrone o divani);
Tutte le posizioni che costringono a curvare in dietro la colonna vertebrale (cifosi lombare);
Tutte le posizioni che costringono ad un'inclinazione del tronco in avanti (dorso curvo).



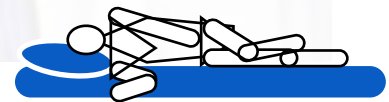
Regole per una posizione seduta corretta.

Usare sedie semi rigide;
Usare sedie con spalliera bassa;
Mantenere le gambe divaricate ed i piedi indietro, sotto la sedia;
Sedersi in cima alla seduta, mantenendo la lordosi lombare (parte bassa della colonna inarcata in avanti);
Usare un cuscino lombare quando si siede in appoggio alla spalliera;
Appoggiare le braccia alla scrivania o al tavolo.



Postura durante le ore di riposo a letto.

Dormire supini (pancia in sù) o in decubito laterale (sul fianco), usando un guanciaie che mantenga il capo in linea con il tronco;
Evitare di dormire in posizione prona (pancia in giù) o senza guanciaie;
Usare un materasso semi-morbido, posato su doghe strette. Se il suo materasso è vetusto o si è irrigidito in zona lombare, consideri la possibilità di sostituirlo.



STUDIO DI CHINESIOLOGIA CALABRO'

Deformità vertebrali: cosa c'è a supporto di un trattamento efficace e di alta qualità.

L'impegno intrapreso con i nostri pazienti comporta una responsabilità che affrontiamo e viviamo quotidianamente con passione e grande attenzione.

Ci auguriamo sempre che il lavoro che svolgiamo possa rimanere aderente agli obiettivi prefissati ma possa essere anche motivo di crescita pedagogica, intellettuale e umana.

Per i nostri pazienti, oltre che per il trattamento con ginnastica specifica, ci impegniamo nell'aggiornamento continuo e nella Ricerca Scientifica.

L'Airpec, nata nel 2006, come associazione di Ricerca, nel 2012 è diventata un centro di eccellenza per lo studio delle malattie vertebrali, con un network Nazionale di ricerca che lavora continuamente sulle più recenti forme di trattamento della colonna vertebrale.

E, grazie all'impegno scientifico, proprio nel giugno del 2012, abbiamo prodotto un nuovo strumento per la gestione dei programmi individuali di attività motoria adattata e lo utilizziamo anche per l'attività che svolgono i nostri pazienti, revisionandolo ogni anno, per usare le più recenti conoscenze scientifiche e conformarlo alle nostre esigenze professionali.

Inoltre, durante la seduta di ginnastica, la nostra costante presenza per il controllo sistematico dell'esecuzione di ogni singolo esercizio, rende questo trattamento il sistema più evoluto per la gestione dell'attività motoria adattata (con altissime potenzialità di impiego ed una estrema plasticità di utilizzo), approvato e condiviso dalla comunità scientifica internazionale.

L'adattamento degli esercizi in base ai livelli di efficienza fisica e di capacità motoria individuale, rende poi tale ginnastica posturale specifica ed altamente performante. Oggi anche con modalità di controllo remoto.

Il nostro pensiero si ispira all'eccellenza ed è per questo che continuiamo le ricerche e le produzioni scientifiche nazionali e internazionali, i corsi di formazione, i congressi e gli incontri multidisciplinari, per migliorare la qualità del nostro lavoro ed i risultati che possiamo ottenere, rafforzando le nostre conoscenze e permettendoci di offrirle il meglio e l'avanguardia.

Tutto ciò è il lavoro meno visibile che è dietro la scelta di ogni singolo esercizio, le sue modalità di applicazione, la scelta dei tempi e la distribuzione settimanale: è ciò che fa la differenza tra un buon lavoro e un lavoro perfetto.

Crediamo nella crescita professionale e umana, e ci auguriamo di riuscire nel nostro intento, usando tutte le nostre capacità, tutto il tempo che abbiamo a disposizione, ponendo la persona - che vive un momento di crescita importante - al centro della nostra attenzione, con un impegno da affrontare per il suo futuro e la sua salute.

Siamo sempre lieti di accompagnare i nostri pazienti in questo percorso e faremo del nostro meglio. Sempre.

David e Fabio Calabrò

STUDIO DI CHINESIOLOGIA CALABRO'

I professionisti che concorrono al trattamento della colonna vertebrale.

Il Posturologo (chinesiologo, terapista o medico),

si occupa della rieducazione della colonna vertebrale ed è il responsabile del trattamento, per tutta la sua durata, ovvero fino alla completa ossificazione scheletrica. Valuta le caratteristiche ergonomiche e posturali della colonna vertebrale attraverso un esame del movimento (chinesiologico) e Posturale. Acquisisce i dati oggettivi e confrontabili per decidere la modalità e la distribuzione (tempistica) del trattamento con ginnastica specifica. È in grado di gestire le problematiche legate alle complicanze, l'efficienza dei corsetti e gli adattamenti del programma di trattamento, in base alle caratteristiche specifiche personali e agli obiettivi da raggiungere. È in grado di richiedere al medico di riferimento (specialista o medico di base), l'integrazione di esami diagnostici o altri trattamenti, in base all'andamento del percorso di ginnastica o alle caratteristiche evolutive delle deformità.

Il medico Pediatra o il medico di medicina generale (medico di base),

è il primo referente per l'inquadramento diagnostico e orienta il paziente alla valutazione specialistica. Prescrive gli esami diagnostici per immagine a supporto dell'inquadramento diagnostico ed ogni ulteriore prescrizione ai fini medici e/o medico-legali. È il riferimento più importante per il paziente, perchè conosce la sua storia anamnestica e patologica.

Il medico chirurgo (ortopedico, neurochirurgo o fisiatra),

esegue la visita medica a scopo diagnostico, richiede eventuali esami diagnostici di pertinenza, orienta e prescrive il trattamento (esegue il trattamento chirurgico se di sua stretta competenza), prescrive la strategia di trattamento ortesico (Corsetto), redige le dichiarazioni prescrittive o a scopo medico-legale per il trattamento.

Il tecnico ortopedico,

confeziona l'ortesi (Corsetto) per la terapia conservativa su indicazione dello specialista, orienta il paziente al mantenimento dell'efficienza meccanica dell'ortesi e istruisce il paziente sul suo corretto uso. Effettua tutte le modifiche e le eventuali riparazioni dell'ortesi.

Tutti i professionisti che prendono in carico il trattamento delle deformità vertebrali saranno messi al corrente del percorso di ginnastica specifica, delle sue modalità di esecuzione e dell'aderenza agli obiettivi finali, per ottimizzarne l'efficacia e mantenere una strategia comune e condivisa.

STUDIO DI CHINESIOLOGIA CALABRO'

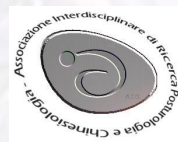
Un'associazione di Ricerca Scientifica che si prende cura di lei.

Crediamo fermamente che non basti la formazione universitaria e l'esperienza professionale per trattare le malattie vertebrali. E' indispensabile anche essere costantemente aggiornati, attraverso un continuo processo di formazione, in connessione con il mondo scientifico.

Con l'Airpec, Associazione Interdisciplinare di Ricerca in Posturologia e Chinesiologia, siamo in grado di vivere un'esperienza scientifica altamente formativa che ci consente di essere protagonisti nel mondo dell'innovazione nella rieducazione funzionale, attraverso pubblicazioni nazionali e internazionali, di partecipare attivamente alla costruzione di nuovi standard qualitativi per il trattamento delle malattie vertebrali e di essere sempre aggiornati. Possiamo così contribuire ed apprendere insieme, ispirandoci all'eccellenza, per offrire ai pazienti un'esperienza di trattamento unica e migliore possibile.

La struttura dell'Airpec.

Area
Scientifica



CENTRO DI ECCELLENZA
PER LO STUDIO DELLE
MALATTIE VERTEBRALI



Network Europeo



Airpec SRS
Scientific Research Section

Area
Sportiva
e
Sociale

- Ricerca Scientifica
- Network professionale
- Formazione
- Qualificazione professionale
- Pubblicazioni scientifiche
- Attività motorie adattate
- Campagne informative
- Promozione sociale