

RIABILITAZIONE ALLE TERME: INDICAZIONI E BENEFICI

Si avvicina la fine dell'estate astronomica e meteorologica e si torna a parlare di mali stagionali, in particolare, arrivando l'autunno, di artrosi e malattie reumatiche. L'artrosi è una malattia delle articolazioni; tutte le articolazioni possono essere interessate ai processi degenerativi dell'artrosi, da quelle più piccole delle mani e dei piedi, a quelle importanti per la statica e la dinamica del nostro corpo (rachide, anche, ginocchia, spalle). L'artrosi viene definita una malattia articolare degenerativa, cronica e progressiva. È la malattia reumatica più diffusa e colpisce entrambe i sessi con una lieve prevalenza per il sesso femminile; in Italia ne soffrono oltre 4 milioni di persone. L'artrosi colpisce prevalentemente l'età adulta/anziana, ma non ne sono risparmiati i soggetti più giovani, tanto che questa malattia rappresenta la principale causa di perdita di giornate lavorative. Le lesioni degenerative osservate a carico delle articolazioni possono essere molteplici e coinvolgono principalmente la cartilagine (perdita di zolfo, sfaldamento del tessuto), l'osso sottostante la cartilagine, la capsula articolare, i tendini, i muscoli sovrastanti. Tutte le componenti dell'articolazione vengono alla fine e a vario titolo coinvolte nel processo degenerativo – infiammatorio.

L'artrosi si manifesta caratteristicamente con il sintomo dolore. Questo si accentua con il movimento e lo sforzo e si riduce con il riposo. Con il progredire della malattia il dolore può essere presente anche a riposo e si accompagna sovente a rigidità mattutina, generalmente transitoria. Altro segno caratteristico della progressione della malattia è la limitazione funzionale, più o meno invalidante, a seconda delle articolazioni interessate. Le articolazioni portanti artrosiche (anca – ginocchio) possono ostacolare il cammino, l'artrosi delle mani può compromettere la destrezza e la forza per tutte le funzioni della vita quotidiana e del lavoro, l'artrosi del rachide può portare dolore localizzato (mal di schiena) o irradiato (sciatalgia). Per completare il quadro dei sintomi e dei segni dell'artrosi, citiamo le deformità articolari (tipiche ad esempio delle mani) con nodulosità e deviazione dell'asse articolare. Quali sono i trattamenti della malattia chiamata artrosi? Naturalmente i farmaci antinfiammatori non steroidei, i farmaci condroprotettori o integratori (allo scopo di rallentare i processi degenerativi e di stimolare i processi riparativi della cartilagine), le infiltrazioni articolari con sostanze nutrienti e lubrificanti. Quando la malattia è evoluta e l'invalidità e il dolore non più reversibili, la chirurgia ortopedica (protesi)



può offrire vantaggi importanti e migliorare la qualità della vita. La verità è che non esiste una cura specifica dell'artrosi. Nell'ambito dei trattamenti possibili svolge un ruolo insostituibile la terapia fisica ed in particolare quella effettuabile in ambiente termale e a base di elementi termali.

Parlando del merito termale sono fermamente convinto che la malattia reumatica trovi in acqua, in particolare in acqua termale, un più facile, rapido e completo recupero funzionale e nello stesso tempo un trattamento farmacologico vero e proprio. Il meccanismo d'azione è legato alla potente azione analgesica, alla decontrattura muscolare, alla migliorata microcircolazione periferica.

Sono cinque i principi terapeutici termali necessari e sufficienti per un trattamento ottimale dell'artrosi, farmacologico e riabilitativo. Innanzitutto il **principio idrochimico**: l'acqua termale in particolare sulfureo salso bromiodica e magnesiacca svolge il ruolo di vero e proprio farmaco, riconosciuto dal Ministero della Salute. Lo zolfo in particolare svolge un ruolo fondamentale nel rallentamento della degenerazione cartilaginea e nel ripristino dei tessuti danneggiati.

Il **principio idrostatico**: secondo il principio di Archimede, il corpo in acqua è più leggero e riesce a svolgere movimenti impossibili a secco.

Principio idrodinamico: rafforza il lavoro muscolare, tonifica, perché l'acqua oppone ad ogni movimento una resistenza circa 12 volte maggiore a quella creata dall'aria; in particolare l'acqua termale ricca di minerali oppone una resistenza al movimento 20 volte superiore a quella dell'acqua dolce.

Principio dell'acqua in movimento (idromassaggio, cascata, massaggi subacquei). L'acqua dinamizzata stimola i recettori periferici con benefici sul sistema neuromuscolare e sul tessuto connettivo.

Principio termico: l'azione biologica del calore rappresenta un presidio insostituibile nella attivazione del sistema circolatorio e nella risoluzione degli spasmi muscolari.

Dott. Pierluigi Arcangeli
Specialista in Ortopedia
e Traumatologia ed Idrologia Medica

LA RIABILITAZIONE MOTORIA E RESPIRATORIA A RICCIONE TERME

Le acque di Riccione Terme ricche di elementi quali lo zolfo, il cloruro di sodio, il bromo, lo iodio e il magnesio sono ideali per il trattamento di patologie dell'apparato locomotore e muscolo-legamentoso attraverso la "idrokinestoterapia", ovvero la disciplina che si propone di curare i disturbi del movimento attraverso l'acqua. Per questo motivo, lo Stabilimento di Riccione ha deciso di creare un **nuovo reparto fisioterapico** dotato di una apposita piscina di acqua termale a 34° con idromassaggio, adatta ad ogni tipo di esigenza terapeutica; l'effetto termico, infatti, contrasta gli spasmi muscolari e svolge un'azione antalgica, il galleggiamento del corpo evita di sovraccaricare le articolazioni e permette di agevolare il movimento favorendo un rapido recupero della forza ed un miglioramento del tono muscolare. Il **percorso riabilitativo** si articola in base alle specifiche esigenze del singolo paziente e viene espletato da personale altamente qualificato dopo visita medica di accettazione e integrato dalle eventuali indicazioni dello specialista.

L'iter terapeutico può essere completato da metodiche associate quali la **chinesiterapia a secco**, la **massoterapia** e l'utilizzo di elettromedicali quali **laser**, **tens**, **elettrostimolatori**, **magnetoterapia** e **tecar** di ultima generazione.

Di importanza fondamentale il trattamento delle insufficienze respiratorie croniche, infatti le acque sulfuree di Riccione Terme rappresentano da anni un validissimo presidio nella cura di numerose affezioni delle alte e basse vie aeree.

La **riabilitazione respiratoria** è finalizzata ad utilizzare i potenziali residui del paziente, riparare lo squilibrio funzionale organico e psicologico e prevenire la progressione delle alterazioni primitive.

La riabilitazione motoria e respiratoria presso le Terme di Riccione è convenzionata INAIL.

Dott.ssa Paola Mainardi
Specializzanda in Idrologia Medica