

COMUNICATO STAMPA

IN ARRIVO PER TUTTE LE PAZIENTI, LA PRIMA GUIDA PRATICA POST INTERVENTO DI FRATTURA DI FEMORE

“FRATTURE DI FEMORE E ALTRE FRATTURE DA FRAGILITÀ OSSEA. 10 + 1 CONSIGLI PER NON RICASCARCI”

Presentata al IXX Congresso Nazionale della Società Italiana di Ortopedia la prima e unica guida pratica per la paziente post intervento di frattura di femore, conseguenza più temuta della fragilità ossea causata dall'osteoporosi severa. Dagli specialisti della Campagna “Stop alle Fratture”, consigli pratici e indicazioni utili per trascorrere, serenamente e in sicurezza a casa propria, il periodo post-operatorio. Sottolineando l'importanza di un corretto follow-up, che includa visite periodiche di controllo e l'aderenza alla terapia farmacologica.

Milano, 21 novembre 2014 – In Italia, ogni anno si verificano nella popolazione anziana **circa 100.000 fratture da fragilità del collo del femore**, con **netta prevalenza nelle donne** (8 casi su 10). Un'incidenza già molto elevata ma che, per effetto dell'invecchiamento della popolazione, è destinata ad aumentare ulteriormente nei prossimi anni, dato che si stima che, nel 2040, gli over 65 anni raggiungeranno il 44,9% dell'intera popolazione mondiale¹.

Proprio **la frattura del collo del femore è la conseguenza delle cadute più frequente e più temuta dalle donne sopra i 65 anni** poiché comporta importanti conseguenze per la paziente: dal **ricovero per l'intervento chirurgico**, a **prolungati periodi di immobilità**, fino a diventare spesso **causa di invalidità con perdita del tutto, o in parte, dell'autonomia**. L'intervento chirurgico è indispensabile per una rapida ripresa della funzionalità dell'arto fratturato, ma non può essere considerato il solo ed unico trattamento. Vera responsabile della frattura è infatti la **fragilità ossea causata dall'osteoporosi severa che necessita di un percorso diagnostico/terapeutico/assistenziale** (PDTA) per ridurre il rischio di nuove fratture e migliorare lo stato di salute e la qualità di vita della paziente.

Per accompagnare le pazienti fratturate di femore dal momento della dimissione dall'ospedale lungo tutto il periodo post-operatorio è nato l'opuscolo **“Fratture di femore e altre fratture da fragilità ossea. 10 +1 consigli per non ricascarci”**, prima e unica guida pratica italiana in quest'area terapeutica, presentata in anteprima nel corso del **IXX Congresso Nazionale della SIOT, Società Italiana di Ortopedia, in corso a Roma dal 22 al 25 novembre**.

«La frattura del collo del femore è una delle più frequenti fratture da fragilità ossea causata dall'osteoporosi severa – dichiara il **Prof. Paolo Cherubino, Presidente**

¹Quaderni del Ministero della Salute “Dimensioni del problema: epidemiologia e costi sanitari delle fratture da fragilità”, U. Tarantino 2010

della Società Italiana di Ortopedia –. Non sempre, infatti, l'evento traumatico è l'unico responsabile della frattura: spesso il femore si frattura perché l'osso è fragile e non regge ad urti anche minimi che, invece, in condizioni di normalità sarebbero stati sopportati senza problema. Le fratture da fragilità, ed in particolare quelle del femore, hanno un elevato impatto sociale. Entro un anno dall'evento fratturativo, il 40% non è in grado di camminare autonomamente e più del 60% presenta limitazioni anche nelle più semplici attività quotidiane quali mangiare, vestirsi e lavarsi. Inoltre un paziente con frattura di femore ha il 20% di rischio di andare incontro alla frattura del femore controlaterale. La presenza di una frattura da fragilità infatti aumenta in modo significativo il rischio di avere una successiva frattura. Come ortopedici, ovvero come primi e spesso unici specialisti di riferimento nella gestione dei paziente con frattura da fragilità, dobbiamo purtroppo rimarcare come ancora oggi, nel 70% dei casi la frattura del femore sia associata a pregresse fratture vertebrali spesso misconosciute che possono rappresentare un campanello d'allarme da non sottovalutare. L'approccio alla frattura di femore, come alle altre fratture da fragilità, non deve essere rivolto esclusivamente al trattamento chirurgico, ma deve essere invece parte di un percorso diagnostico, terapeutico ed assistenziale che permetta di inquadrare la patologia di base, l'osteoporosi severa, trattandola efficacemente per prevenire ulteriori fratture. Questa guida pratica redatta dalla SIOT, insieme alle altre Società Scientifiche che dal 2011 promuovono la Campagna "Stop alle Fratture", si propone di illustrare, con un linguaggio semplice e diretto, proprio questi concetti, sottolineando ai pazienti, ai loro familiari e al personale rivolto alla loro assistenza l'importanza di mettere in sicurezza l'ambiente domestico, di adottare stili di vita corretti e moderatamente attivi, di non trascurare le visite periodiche di controllo e, soprattutto, di assumere correttamente, secondo le indicazioni fornite dal medico, i farmaci prescritti per il trattamento dell'osteoporosi, in associazione ad una giusta quantità di vitamina D e di calcio».

Soltanto in Italia, **l'osteoporosi** è una patologia che oggi **riguarda circa 5.000.000 di persone, di cui l'80% sono donne in post-menopausa**. In pratica, considerando l'intera popolazione over 50 anni, **1 donna su 3 è affetta da osteoporosi**. La **fragilità ossea**, conseguenza dell'osteoporosi severa, è invece **responsabile di oltre 280.000 fratture, il 70% delle quali riguarda il femore²**.

«Il progressivo invecchiamento della popolazione – precisa il **Prof. Umberto Tarantino, Presidente GISOOS (Gruppo Italiano di Studio in Ortopedia dell'Osteoporosi Severa)** – determina inevitabilmente un incremento delle patologie croniche correlate all'età come l'osteoporosi che, negli ultimi decenni, è diventata una vera e propria priorità sanitaria e sociale. Stando alle stime, riteniamo infatti che nei prossimi 40 anni, in assenza di interventi terapeutici mirati a tutta la popolazione a rischio, assisteremo al raddoppiarsi dell'incidenza delle fratture da fragilità ossea. Per questo sono fondamentali iniziative di comunicazione rivolte alle pazienti, proprio come questa nuova guida il cui scopo è spiegare cos'è l'osteoporosi, cosa sono le fratture da fragilità ossea, come

² Rielaborazione dati SDO 2007

quelle del collo del femore, e come ridurre il rischio di fratturarsi nuovamente. Trascurare la cura della patologia scheletrica che è alla base delle fratture da fragilità significa, infatti, perdere un'importantissima opportunità per prevenire il rischio di ulteriori fratture. È perciò fondamentale definire un accurato ed appropriato approccio diagnostico-terapeutico per i soggetti con frattura da fragilità, in cui vi sia condivisione sulle indagini diagnostiche da effettuare e su quali terapie farmacologiche utilizzare. Un percorso nel quale l'ortopedico deve far parte di un team multidisciplinare che possa garantire un trattamento mirato, basato su una sinergia stabile tra le diverse specialità favorendo la nascita delle cosiddette Fragility Fracture Unit».

L'opuscolo "**Fratture di femore e altre fratture da fragilità ossea. 10 +1 consigli per non ricascarci**" sarà disponibile, a partire dal mese di dicembre, nei principali Centri per il trattamento dell'Osteoporosi severa presenti su tutto il territorio nazionale, oltre che **scaricabile online anche dal sito www.stopallefratture.it**.

LE DONNE ITALIANE E LE FRATTURE DA FRAGILITÀ

La prima arma per fronteggiare l'osteoporosi severa e il rischio di fratture è sicuramente la prevenzione della fragilità ossea attraverso una corretta informazione. Dai risultati dell'indagine demoscopica "**La fragilità ossea: conoscenza e percezioni delle donne over 50**", condotta da Pepe Research sempre nell'ambito della Campagna "Stop alle Fratture"³, emerge infatti come sia assolutamente necessario diffondere una capillare e corretta informazione sull'argomento.

Se, infatti, da un lato, **l'osteoporosi**, vera causa della fragilità ossea, è **ben conosciuta da 8 Italiane su 10**, come pure la percezione che si tratti di una patologia seria (ad essa, su una scala da 1 a 10, è attribuito, infatti, un livello medio di gravità superiore all'8) e la consapevolezza che, con l'avanzare dell'età, le ossa diventino più fragili, **c'è invece molta confusione sulla gestione di una frattura**. Fa riflettere, infatti, che, a seguito di essa, **solo un terzo delle donne over 50 (30%) avrebbe un atteggiamento reattivo, considerando una valutazione clinica della situazione**; mentre **la maggioranza relativa (42%) tenderebbe ad essere arrendevole**, attribuendo alla propria disattenzione e all'avanzare dell'età la «colpa» di quanto accaduto. **Addirittura 3 Italiane su 10, inoltre, non darebbero peso all'evento perché «può capitare»**. In quest'ambito, il target più a rischio sembra essere quello delle 60-69enni, tra le quali solo 1 su 4 dichiara di prendere in considerazione che ci può essere un problema dietro la comparsa di una frattura.

La fragilità ossea, invece, deve essere ben nota alle pazienti che vanno informate su come si possano evitare le fratture che, fatalmente, si ripercuoterebbero sulla loro qualità di vita riducendone l'autonomia e, soprattutto in quelle di femore, aumentando la disabilità.

³ La ricerca è stata condotta tra maggio e giugno 2014 su un campione di 401 donne, tra i 50 e i 79 anni, rappresentativo dell'universo di riferimento per classi di età e area geografica.

10 + 1 CONSIGLI UTILI PER NON RICASCARCI

- 1 La tua frattura è dovuta a fragilità ossea, quindi all'osteoporosi severa: ricordalo!
 - 2 Calza scarpe con tacchi bassi e soles antiscivolo e metti in sicurezza la tua casa (rimuovi gli oggetti sparsi sul pavimento, evita le superfici scivolose e i tappeti che potrebbero farti inciampare o cadere. Presta attenzione anche agli animali domestici).
 - 3 Non rimanere da sola, specialmente subito dopo la dimissione dall'ospedale, ma cerca di farti assistere da un familiare o da una persona di fiducia.
 - 4 Ricorda che un'attività fisica moderata ma regolare aiuta a migliorare la forza muscolare, l'agilità e l'equilibrio, riducendo il rischio di cadute.
 - 5 Dopo un intervento di frattura di femore utilizza correttamente il bastone per camminare, adeguandolo alla tua statura e portandolo dal lato non fratturato.
 - 6 Presta attenzione al tuo peso corporeo: evita l'eccessiva magrezza e anche il sovrappeso perché possono mettere a rischio la salute delle tue ossa.
 - 7 Assumi correttamente, secondo le indicazioni fornite del tuo medico, i farmaci per l'osteoporosi che ti sono stati prescritti insieme al calcio e alla vitamina D.
 - 8 Effettua periodicamente le visite mediche di controllo.
 - 9 Esegui gli accertamenti diagnostici, come la MOC e la radiografia della colonna vertebrale, per poter seguire nel tempo l'evolversi della patologia.
 - 10 Non sottovalutare la comparsa di un dolore insolito e prolungato alla schiena ma informa subito il tuo medico.
- 10+1** Non pensare che la fragilità ossea e le sue possibili conseguenze (frattura del collo del femore, delle vertebre, del polso, etc.) possano condizionarti nella vita attiva e di relazione. Grazie ai benefici di un'appropriata terapia farmacologica e seguendo stili di vita corretti potrai ritornare alle tue solite abitudini, con un minor rischio di fratturarti nuovamente.

LA CAMPAGNA "STOP ALLE FRATTURE"

'Stop Alle Fratture' è un'iniziativa educativa, realizzata con il supporto non condizionante di Eli Lilly Italia, rivolta alle donne sopra i 50 anni di età per informarle sulle possibili conseguenze dovute alla fragilità scheletrica. L'iniziativa vede il coinvolgimento di prestigiose società scientifiche come la **SIOMMMS** (Società Italiana dell'Osteoporosi, del Metabolismo Minerale e delle Malattie dello Scheletro), la **SIOT** (Società Italiana di Ortopedia e Traumatologia), la **SIR** (Società Italiana di Reumatologia), l'**ORTOMED** (Società Italiana di Ortopedia e Medicina) e il **GISOOS** (Gruppo Italiano di Studio in Ortopedia dell'Osteoporosi Severa).

Per informazioni:

Ufficio Stampa Weber Shandwick Italia

Cristiana Ciofalo, 02.57378574 – 348.4401822, cciofalo@webershandwick.com
Giovanna Giacalone, 02.57378353 – 349.7738681, ggialalone@webershandwick.com