



## Quale terapia nelle lesioni meniscali?

**Data** 24 luglio 2022  
**Categoria** ortopedia

Anche nei pazienti giovani la fisioterapia può essere una terapia di prima scelta in caso di lesioni meniscali.

Alcuni studi hanno dimostrato che nei pazienti adulti o anziani con lesioni meniscali l'artroscopia non è superiore al trattamento fisioterapico.

Ma questo vale anche per soggetti più giovani?

Per chiarire la questione è stato effettuato uno studio randomizzato su 121 pazienti di età compresa tra 18 e 40 anni che avevano una lesione meniscale (nella maggior parte dei casi post-traumatica).

Le lesioni datava da qualche mese fino a 24 mesi.

Criteri di esclusione erano la presenza di una rottura dei legamenti oppure di una lesione meniscale a "manico di secchio".

I partecipanti sono stati randomizzati ad artroscopia e successiva fisioterapia oppure solo fisioterapia per 12 settimane.

L'analisi intention to treat dei dati non ha rilevato differenze statisticamente significative tra i due gruppi per quanto riguarda il miglioramento dei sintomi. Poiché il 26% dei pazienti del gruppo fisioterapia si è sottoposto ad artroscopia e il 13% di quelli del gruppo artroscopia hanno fatto solo fisioterapia è stata portata a termine anche un'analisi "per protocol" e una "as treated" ma i risultati non sono cambiati.

Lo studio suggerisce quindi che l'approccio iniziale anche nei soggetti giovani con lesioni meniscali (escludendo quelli con lesioni a "manico di secchio" e quelli con rottura dei legamenti) dovrebbe essere la fisioterapia. L'intervento artroscopico può essere riservato a chi non risponde alla terapia conservativa.

**Renato Rossi**

### Bibliografia

1. Skou ST et al. Early surgery or exercise and education for meniscal tears in young adults. NEJM Evidence 2022 Feb; 1:EVIDoa2100038. (<https://doi.org/10.1056/EVIDoa2100038>. opens in new tab)