

# Efficiacia dell'integrazione alimentare nel recupero clinico dopo frattura composta malleolare di caviglia trattata con apparecchio gessato

*Paolo Malatini*

Ortopedia e Traumatologia, Ospedale di Macerata

**Riassunto.** Il trauma distorsivo della caviglia, puro o associato a distorsione determina un periodo di inabilità più o meno lungo e se non adeguatamente trattato genera perdite significative di massa muscolare in particolare del muscolo quadricipite femorale e del tricipite della sura, oltreché della capacità articolare della caviglia. Nella delicata fase del recupero clinico post-infortunio o post-intervento, giocano un ruolo fondamentale la fisioterapia e la corretta alimentazione, che comprende l'utilizzo intensivo di integratori, alimenti integrati e functional foods. Lo studio di tipo osservazionale oggetto del presente articolo è stato condotto con l'obiettivo di valutare in un campione di 100 pazienti trattati in modo incruento per frattura composta del malleolo peroneale se l'intervento nutrizionale associato a fisioterapia e a integrazione nutrizionale, può ridurre l'atrofia dei muscoli dell'arto inferiore interessato dalla frattura stessa e ottimizzare un adeguato recupero muscolare nella fase di riabilitazione dopo la rimozione dell'apparecchio gessato. La durata dello studio è stata di 2 mesi, durante i quali i pazienti sono stati divisi in due gruppi: uno trattato con dieta, fisioterapia e integrazione nutrizionale (Gruppo A) e uno con solo dieta e fisioterapia (Gruppo B). I pazienti sono stati sottoposti a tre visite: inizio studio (T1), a 30 (T2) e a 60 giorni (T3) durante le quali sono state misurate, fra l'altro, la capacità del range of movement (ROM) della caviglia e la dimensione del muscolo tricipite della sura. Dai dati raccolti si osserva una differenza significativa nel recupero delle dimensioni del tricipite della sura nel gruppo A rispetto al gruppo B già dopo 30 giorni di trattamento (T2). In particolare si osserva un miglior mantenimento del trofismo nei pazienti di gruppo A e soprattutto un recupero più importante delle dimensioni del muscolo nello stesso gruppo. I pazienti del gruppo B invece hanno lamentato una difficoltà maggiore nella ripresa funzionale e soprattutto il trofismo muscolare è risultato ridotto rispetto al gruppo A; anche nella visita di fine studio (T3) il volume del polpaccio è significativamente inferiore sia rispetto a quello del gruppo A che rispetto ai valori medi di popolazione. Per quanto riguarda i ROM della caviglia il recupero funzionale è stato sovrapponibile sia nel gruppo A che nel gruppo B alla prima visita (T2), mentre si osserva una differenza statisticamente significativa tra i due gruppi nella seconda visita (T3) dove i ROM della caviglia sono pressoché sovrapponibili alla media della popolazione nel gruppo A piuttosto che nel gruppo B.

**Parole chiave:** Integrazione alimentare, recupero clinico, frattura di caviglia

«EFFICACY OF DIETARY SUPPLEMENTS IN CLINICAL RECOVERY AFTER COMPOUND FRACTURE OF THE ANKLE JOINT TREATED WITH CAST»

**Summary.** The sprain of the ankle, pure or associated with distortion results in a period of incapacity or longer and if not properly treated generates significant loss of muscle mass in partion of the quadriceps femoris muscle and the triceps surae, as well as the ability to articulate the ankle. In the delicate phase of clinical recovery post-injury or post-surgery, they play a vital role physiotherapy and proper nutrition, which includes the intensive use of sup-





















