



Il reumatismo:
un gruppo di malattie
molto più ampio
di quanto si pensi



DR. MED. NICOLA KELLER
FMH in reumatologia
Past-President della Lega ticinese
contro il reumatismo

In ambito medico, il termine reumatismo comprende oltre 200 patologie differenti che interessano il **sistema muscolo-scheletrico**. Queste malattie coinvolgono **ossa, articolazioni, muscoli, tendini e legamenti**, e possono estendersi anche a strutture più profonde come il tessuto osseo e il tessuto connettivo. Si tratta quindi di un insieme eterogeneo di condizioni che, pur manifestandosi spesso con sintomi simili, hanno origini, decorso e trattamenti molto diversi tra loro. In **Svizzera**, circa due milioni di persone convivono con una malattia reumatica o muscolo-scheletrica: in pratica, quasi **un adulto su quattro**. L'impatto di queste patologie è rilevante non solo sulla qualità della vita individuale, ma anche sul sistema sanitario e sociale, rappresentando una delle principali cause di dolore cronico, limitazione funzionale e assenza lavorativa e quindi un importante generatore di costi diretti ed indiretti per la salute. Una **prima distinzione**, utile dal punto di vista clinico e divulgativo, è quella tra **malattie reumatiche infiammatorie e non infiammatorie**. Nelle prime, l'infiammazione

costituisce il meccanismo centrale della malattia: la risposta dell'organismo è alterata, eccessiva o prolungata nel tempo. Nella maggior parte dei casi, questa risposta anomala è legata a un meccanismo autoimmune, in cui il sistema immunitario attacca

erroneamente **i tessuti dell'organismo** stesso. Al contrario, **nelle malattie reumatiche non infiammatorie l'infiammazione è assente** o ha un ruolo secondario. In queste condizioni prevalgono processi degenerativi, meccanici o strutturali, spesso legati all'usura dei tessuti, al sovraccarico funzionale o a caratteristiche anatomiche individuali. Tra i **reumatismi infiammatori** rientrano diverse condizioni cliniche, tra cui le spondiloartriti, un gruppo di **patologie che colpiscono prevalentemente la colonna vertebrale** e le **articolazioni sacro-iliache**, come la spondilite anchilosante. Vi sono poi le **artriti infiammatorie**, come l'artrite reumatoide e l'artrite idiopatica giovanile, ma anche forme di artrite associate a infezioni batteriche o virali. Fanno parte di questo gruppo anche le **vasculiti**, caratterizzate da



**ASCOLTIAMO
LA NOSTRA
SCHIENA**

**CONFERENZE
INFORMATIVE
APERTE
AL PUBBLICO**

 reumatismo.ch/ti


Lega ticinese
contro il reumatismo
il movimento è salute



infiammazione dei vasi sanguigni, le collagenosi sistemiche come il lupus eritematoso sistemico, la sclerodermia e la **sindrome di Sjögren**, la polimialgia reumatica e le malattie da deposito di cristalli, come la gotta e la condrocalcinosi. Nel gruppo dei reumatismi non infiammatori rientrano invece le malattie degenerative dell'apparato muscolo-scheletrico, come l'artrosi e le patologie dei dischi intervertebrali, i disturbi reumatici localizzati dei tessuti molli (tendinopatie, borsiti, sindromi da sovraccarico), alcune patologie diffuse del tessuto connettivo

e le malattie dell'osso, tra cui l'osteoporosi.

SINTOMI E SEGNALI DA NON SOTTOVALUTARE

Le malattie reumatiche si manifestano

comunemente con **dolore, rigidità articolare, gonfiore e ridotta mobilità**. A questi sintomi si possono associare affaticamento, perdita di forza muscolare e, in alcune patologie sistemiche, disturbi che

SAPEVI CHE...? ANCHE IL MAL DI SCHIENA FA PARTE DEL REUMATISMO!

La schiena è la struttura portante del nostro corpo e può essere colpita da varie forme di disturbo muscolo-scheletrico considerate reumatiche. Circa l'80% degli adulti sperimenta mal di schiena nel corso della vita. Anche se spesso è benigno e aspecifico, può diventare cronico e limitare le attività quotidiane.



interessano altri organi (come reni, cuore e polmoni). **L'intensità e la combinazione dei sintomi variano notevolmente da persona a persona** e dipendono da molteplici fattori, tra cui età, durata della malattia, condizioni ambientali e aspetti psico-emotivi. In generale, molte patologie reumatiche, in particolare quelle di origine autoimmune, colpiscono più frequentemente il sesso femminile, soprattutto dopo i 45 anni.

DIAGNOSI E TRATTAMENTO

La **diagnosi** di una malattia reumatica richiede un approccio accurato, basato su un'anamnesi approfondita, un esame clinico


mirato ed eventuali esami di laboratorio e strumentali. Nelle forme infiammatorie, la **diagnosi precoce è fondamentale**: intervenire tempestivamente consente di rallentare la progressione del danno articolare e di migliorare significativamente la prognosi.

Oggi la reumatologia dispone di terapie efficaci che permettono di controllare i sintomi e modificare il decorso della malattia. Il trattamento è sempre personalizzato e può includere farmaci, fisioterapia, adattamenti dello stile di vita e, in casi selezionati, procedure interventistiche o chirurgiche.

Un ruolo centrale è svolto anche dal paziente, che attraverso una

gestione attiva e consapevole della propria condizione contribuisce in modo determinante al successo della terapia.

PREVENZIONE: UN INVESTIMENTO SULLA QUALITÀ DI VITA

La **prevenzione** rappresenta un pilastro fondamentale in reumatologia. **Attività fisica regolare** e adattata, **controllo del peso corporeo**, alimentazione equilibrata e attenzione ai segnali del proprio corpo permettono di proteggere le articolazioni, ridurre il rischio di peggioramento e mantenere una buona autonomia funzionale nel tempo. 



TOYOTA
URBAN
CRUISER
4x4

PROVATE SUBITO

Urban Cruiser Premium 4x4 Electric, 184 CV, cons. Ø 16,6 kWh/100 km, CO₂ 18 g/km, eff. en. B





BONFANTI
MENDRISIO