

BRONCOPNEUMOPATIA CRONICO-OSTRUTTIVA (BPCO)

In che modo la Fisioterapia può aiutare i pazienti con BPCO

Interventi fisioterapici efficaci nella BPCO

I risultati degli **studi clinici (RCTs)** evidenziano che, nei pazienti affetti da BPCO, un programma di riabilitazione intensivo, multidisciplinare, ambulatoriale, che comprende **la fisioterapia, è un intervento efficace** nel breve e lungo termine, ed è in grado di ridurre i giorni di ospedalizzazione.

La riabilitazione polmonare migliora la qualità della vita a tal punto che un recente editoriale della Cochrane ha affermato che, data la forza delle evidenze disponibili, non sono necessarie ulteriori revisioni sistematiche per confrontare gli effetti della riabilitazione polmonare rispetto alle cure standard.

Il ruolo della Fisioterapia

I fisioterapisti hanno un ruolo chiave nell'erogazione dei programmi di riabilitazione polmonare. Esercizio e **movimento rappresentano i pilastri fondamentali dell'intervento fisioterapico.**

Oltre a un approccio olistico, centrato sul paziente e orientato al problem solving, i fisioterapisti hanno conoscenze avanzate e competenze nei seguenti ambiti:

- > Prescrizione e somministrazione dell'esercizio terapeutico
- > Meccanismi anatomici, fisiologici e psicosociali
- > Valutazione e diagnosi funzionale
- > Modifica degli stili di vita
- > Biomeccanica
- > Gestione delle patologie a lungo termine



Efficacia dei programmi di riabilitazione polmonare

L'efficacia clinica e l'efficienza in termini di costi-benefici dei programmi di riabilitazione polmonare per le persone affette da BPCO è indiscutibile e ben documentata. Vista la scarsa coscienza della patologia e della sua stretta correlazione con il fumo di sigaretta, è necessario investire sul miglioramento della consapevolezza della popolazione generale riguardo alla BPCO.

Sulla base delle conoscenze e dell'esperienza oggi disponibili, è possibile erogare programmi di trattamento efficaci e vantaggiosi in termini di costi-benefici anche per persone con diagnosi diverse dalla BPCO, ma con sintomatologia simile.

Cos'è la BPCO?

Broncopneumopatia Cronico-Ostruttiva (BPCO) definisce un ventaglio di patologie che comprendono bronchite cronica, enfisema e bronchiolite ostruttiva. Il danno polmonare, nel lungo termine, compromette la meccanica respiratoria e causa dispnea.

La riabilitazione polmonare

La riabilitazione polmonare è una parte importante della gestione multidisciplinare della BPCO. È dimostrato che incrementa la tolleranza allo sforzo, riduce la dispnea e la fatica, **migliora la qualità della vita correlata allo stato di salute** e la percezione soggettiva di controllo della patologia.

Trattamento di gruppo e individuale

La riabilitazione polmonare è un programma che richiede supervisione esperta che consiste essenzialmente, ma non esclusivamente, in:

- > combinazione di allenamento alla resistenza ed esercizio aerobico, prescritto e personalizzato;
- > componente educativa a supporto del cambiamento di abitudini e stili di vita, per favorire l'autogestione e il senso di auto-efficacia.