

Tendinosi e la Proloterapia

Fino a non più di quindici anni fa, ad un corridore che sviluppava nella sua attività sportiva un dolore al tendine di Achille veniva diagnosticata una tendinite, dove il suffisso “ite” sta ad indicare infiammazione. Se il riposo, la terapia fisica e gli anti-infiammatori non erano sufficienti, l’atleta era candidato ad una infiltrazione di cortisone o in ultima analisi ad un intervento chirurgico. Le infiltrazioni di cortisone, potente anti-infiammatorio, sono in grado di guarire temporaneamente il dolore, ma sfortunatamente rappresentano la risposta sbagliata ad una diagnosi sbagliata. Il cortisone infatti cura il dolore, non il problema che lo ha causato. Il fatto è che i medici ritenevano (e molti lo pensano ancora) che la sofferenza e le micro-lesioni presenti nei tendini sofferenti fossero causate dall’infiammazione, e perciò, riducendo l’infiammazione, potevano eliminare il dolore e recuperare la funzionalità.

La realtà invece è che ormai molti studi hanno dimostrato come nelle cosiddette “tendiniti” non vi siano cellule infiammatorie, mentre è largamente presente tessuto tendineo degenerato (per questo più correttamente definito “tendinosi”). Stress e sollecitazioni ripetute, superano ad un certo punto le capacità di auto guarigione del tendine interessato. Processo di auto-guarigione che incomincia peraltro sempre con un processo infiammatorio.

La Proloterapia è la tecnica che utilizzo per la cura delle tendinosi. Questa metodica impiega soluzioni “irritanti” (generalmente di glucosio) che stimolano una risposta infiammatoria di basso grado a livello dei tendini trattati, ed una susseguente cascata di eventi che conducono, nell’arco di alcune settimane, alla guarigione della struttura danneggiata.

Anche se si tratta di una metodica relativamente nuova e poco conosciuta in Italia (mentre è al contrario diffusa e utilizzata negli Stati Uniti), la Proloterapia è una tecnica molto sicura, molto poco invasiva, poco dolorosa, priva di effetti collaterali, e che richiede un piccolo ciclo di trattamenti, in genere 2-3 sedute, per ottenere la guarigione.

Nello stesso modo in cui una febbre ci fa sentire male, ma è realmente un passo essenziale nel nostro processo di guarigione da una infezione nel nostro corpo, così l’infiammazione locale causa un dolore transitorio ma è la risposta salutare del nostro corpo al trauma, in quanto concentra i fattori necessari alla guarigione nell’area interessata dal processo infiammatorio.

Il termine Proloterapia sta ad indicare in modo ampio il processo di irritazione di un tendine o di un legamento indotta dalla iniezione locale di glucosio, che ha lo scopo di stimolarne la riparazione. Il processo è indotto sia dallo stimolo meccanico (dall’ago che punge il tendine) che dalla sostanza iniettata (glucosio, mannitolo, PRP, o una combinazione di queste).

Il PRP (Fattori di crescita piastrinici) che gode attualmente di un certo appeal, è una metodica nella quale il sangue del paziente è prelevato e centrifugato prima di essere iniettato nel tendine sofferente, in modo da concentrare le piastrine e, presumibilmente, aumentare il loro potere di guarigione. Si tratta di una tecnica indaginosa e costosa, i cui risultati ed i vantaggi rispetto alla Proloterapia che utilizza glucosio non sono ancora del tutto chiari.