Cancro al seno e inibitori dellâ€™aromatasi: il movimento fisico attenua i sintomi muscolo-scheletrici

Prof.ssa Alessandra Graziottin
Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica
H. San Raffaele Resnati, Milano

Lu G, Zheng J, Zhang L.
The effect of exercise on aromatase inhibitor-induced musculoskeletal symptoms in breast cancer survivors: a systematic review and meta-analysis
Support Care Cancer. 2020 Apr;28(4):1587-1596. doi: 10.1007/s00520-019-05186-1. Epub 2019 Dec 18

Valutare i benefici del movimento fisico sui sintomi muscolo-scheletrici nelle donne che assumono gli inibitori dell'aromatasi dopo un cancro al seno: è questo l'obiettivo della meta-analisi di Geling Lu e collaboratori, della Medical University di Liaoning, Cina.
Lo studio è stato condotto su trial randomizzati controllati e quasi-esperimenti pubblicati in PubMed, CINAHL, EMBASE, Web of Science, Wan Fang, CNKI, VIP e CBM dalla data di costituzione al maggio 2019.
I **sintomi muscolo-scheletrici** sono stati definiti in termini di dolore, rigidità e forza di presa. Come outcome secondario è stata fissata la qualità di vita complessiva.
Sono stati selezionati **9 studi**, per un totale di **743 partecipanti**, dai quali risulta che il movimento fisico è più efficace di altre terapie nel miglioramento di tutti i parametri presi in considerazione:
- **dolore** (SMD = -0.46, 95% CI, -0.79 / -0.13, P = 0.006);
- **rigidità** (SMD = -0.40, 95% CI, -0.71 / -0.08, P = 0.01);
- **forza di presa** (SMD = 0.43, 95% CI, 0.16 / 0.71, P = 0.002);
- **qualità di vita** (SMD = 2.24, 95% CI, 0.28 / 4.21, P = 0.03).
Lo studio, pur condotto su piccoli numeri, ha il merito di confermare come il movimento fisico costituisca **un rimedio alla portata di tutte le donne colpite da cancro al seno** per il miglioramento di un'importante categoria di sintomi correlati all'assunzione degli inibitori dell'aromatasi.