

## **Dolore pelvico cronico: l'efficacia della terapia fisica multimodale**

Prof.ssa Alessandra Graziottin

Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica  
H. San Raffaele Resnati, Milano

*Commento a:*

Starzec-Proserpio M, Frawley H, Bø K, Morin M.

**Effectiveness of nonpharmacological conservative therapies for chronic pelvic pain in women: a systematic review and meta-analysis**

Am J Obstet Gynecol. 2025 Jan;232(1):42-71. doi: 10.1016/j.ajog.2024.08.006. Epub 2024 Aug 13. PMID: 39142363

Valutare l'efficacia della terapia fisica multimodale e di alcuni approcci non farmacologici nella gestione del dolore pelvico cronico: è questo l'obiettivo dello studio coordinato da Ma&#322;gorzata Starzec-Proserpio e Mélanie Morin, della Scuola di Riabilitazione dell'Università di Sherbrooke (Canada). Ai lavori hanno preso parte anche Helena Frawley, dell'Università di Melbourne (Australia) e Kari Bø, del Dipartimento di Ostetricia e Ginecologia presso lo Akershus University Hospital di Lorenskog (Norvegia).

La ricerca è stata condotta su Amed, Cinahl, PsycINFO, SportDiscuss, Medline, PubMed, Embase e Cochrane Central Register of Controlled Trials. Sono stati inclusi studi clinici randomizzati e controllati che confrontassero una terapia conservativa non farmacologica (o non esclusivamente tale) con un trattamento inerte (placebo o terapia abituale), chirurgico o farmacologico puro. Le terapie conservative di interesse erano:

<li>terapia fisica multimodale;</li><li>approcci prevalentemente psicologici;</li><li>agopuntura;</li><li>altre monoterapie tissutali (ad esempio, agenti elettrofisici o stretching manuale).</li>La **terapia fisica multimodale**, in particolare, è un approccio integrato che combina diverse tecniche (farmacologiche, fisiche, manuali, psicologiche) per trattare il dolore cronico o complesso. Si basa sull'integrazione di:

<li>**fisioterapia e movimento**: ginnastica posturale, esercizi mirati, stretching, massaggi, drenaggio linfatico;</li><li>**terapie strumentali**: stimolazione elettrica nervosa transcutanea (Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation, TENS), laser ad alta potenza, Tecar terapia, crioterapia/termoterapia;</li><li>**terapia manuale**: mobilizzazione articolare, manipolazioni osteopatiche;</li><li>**gestione farmacologica**: analgesici e farmaci specifici, utilizzati in modo integrato e controllato;</li><li>**supporto psicologico**: psicoterapia, training di rilassamento, gestione dello stress per modificare le percezioni e le reazioni al dolore;</li><li>**interventi minimamente invasivi**: iniezioni locali.</li>Per ciascuna forma di trattamento stati analizzati:

<li>intensità dei sintomi al basale;</li><li>funzionalità e morfometria dei muscoli del pavimento pelvico;</li><li>funzionalità fisica, sessuale e psicologica;</li><li>effetti sul dolore;</li><li>qualità della vita correlata alla salute;</li><li>eventi avversi.</li>Questi, in sintesi, i risultati:

<li>dei 5776 studi recuperati, sono stati inclusi **38 studi clinici randomizzati controllati** per un totale di **2168 donne** (età media 35,1±8,6);</li><li>la **terapia fisica multimodale** ha

ridotto il dolore più efficacemente dei trattamenti inerti, chirurgici e farmacologici puri sia a breve termine (differenza media standardizzata [SMD] -1.69, CI 95% -2.54, -0.85; elevata certezza) che a medio termine (SMD -1.82, CI 95% -3.13, -0.52; certezza moderata); gli **approcci prevalentemente psicologici** non hanno determinato alcuna differenza nell'intensità del dolore (SMD -0.18, CI 95% -0.56, 0.20; certezza moderata), ma solo un leggero miglioramento nella funzione sessuale (SMD -0.28, CI 95% -0.52, -0.04; certezza moderata); il livello di evidenza relativo agli effetti dell'**agopuntura** sull'intensità del dolore (SMD 1.08, CI 95% -1.38, 3.54, risultati non statisticamente significativi a favore del trattamento di controllo) ha impedito qualsiasi affermazione di certezza; un numero limitato di studi ha valutato **monoterapie** basate su singoli tessuti, fornendo un corpus di prove limitato. La review indica quindi come solo la terapia fisica multimodale si sia dimostrata efficace nelle donne con dolore pelvico cronico, con un'elevata certezza di evidenza, a conferma che la complessità della patologia richiede un **approccio multidisciplinare integrato**.