

■ NEUROLOGIA

L'attività fisica dopo l'ictus migliora il recupero funzionale

■ Elisabetta Torretta

La maggior parte dei pazienti che sopravvivono a un ictus sperimenta, nel lungo termine, problemi psicologici e fisici. Circa il 40% dei sopravvissuti all'ictus ha riferito di essere fisicamente inattivo 1 anno dopo l'ictus, ma la letteratura evidenzia che essere fisicamente attivi dopo l'evento può favorire una migliore capacità funzionale e recupero dall'ictus.

Gli studi longitudinali sono fondamentali per determinare i fattori clinici associati all'attività fisica dopo l'ictus perché questi indicano come dovrebbero essere proposti gli interventi precoci per affrontare la partecipazione all'attività fisica. Alcuni studi longitudinali su piccoli campioni hanno mostrato che i pazienti con ictus erano inizialmente fisicamente attivi durante la riabili-

tazione, ma tendevano a essere inattivi dopo la dimissione.

Pertanto, è di interesse clinico esplorare l'andamento dell'attività fisica nel tempo sia per determinarne l'eterogeneità a lungo termine sia per valutare la sua associazione con il recupero funzionale.

Questo consentirebbe l'identificazione di un potenziale punto di declino fisico e consentire interventi calibrati sul paziente di intensità e durata adeguate per migliorare i risultati funzionali dopo un ictus. Un recente studio di coorte pubblicato su JAMA Network Open gli autori hanno voluto valutare il livello di attività fisica nei primi 6 mesi dopo l'ictus in individui con modelli di attività fisica paragonabili nel tempo, indagando l'associazione tra andamento di attività fisica e recupero funzionale a 6 mesi dall'ictus.

I dati provengono dall'Efficacy of Fluoxetine—a Randomized Controlled Trial in Stroke, che è stato condotto in 35 centri di riabilitazione in tutta la Svezia da ottobre 2014 a giugno 2019. I partecipanti adulti sono stati reclutati tra 2 e 15 giorni dopo l'insorgenza dell'ictus e seguiti per 6 mesi. L'attività fisica è stata valutata a 1 settimana, 1 mese, 3 mesi e 6 mesi, valutando diversi fattori associati all'andamento dell'attività fisica. Gli outcome era-

no l'attività fisica nel tempo e, come obiettivo secondario, il recupero funzionale a 6 mesi dopo l'ictus, valutato utilizzando la Scala Rankin modificata.

Dei 1367 partecipanti inclusi (età mediana 72 anni; 62% maschi), sono stati identificati 2 distinti gruppi di attività fisica: in aumento (53%) e in diminuzione (47%). Il primo gruppo ha dimostrato un aumento significativo del livello di attività fisica (differenza media 0.27; $p < .001$) e l'ha sostenuto con intensità leggera dalla settimana 1 a 6 mesi, mentre il gruppo in diminuzione ha mostrato un calo dell'attività fisica e alla fine è risultato inattivo (differenza media -0.26; $p < .001$). I partecipanti di sesso maschile con funzionalità cognitiva normale avevano maggiori probabilità di essere inclusi nel gruppo in aumento, indipendentemente dalla gravità dell'ictus.

L'aumento dell'attività fisica e il suo mantenimento sono stati associati a un esito funzionale buono a 6 mesi (OR aggiustato 2.54; $p < .001$).

I risultati di questo studio evidenziano quindi che l'aumento dell'attività fisica risulta un elemento associato a un buon recupero funzionale 6 mesi dopo l'ictus. Inoltre gli interventi mirati a quei soggetti nei quali si verifica una diminuzione dell'attività fisica nella fase subacuta dell'ictus possono svolgere un ruolo importante ai fini dei risultati di un miglioramento funzionale e un recupero delle capacità fisiche dopo l'evento.

• *Buvarp D, et al. Physical Activity Trajectories and Functional Recovery After Acute Stroke Among Adults in Sweden. JAMA Network Open. 2023; 6: e2310919.*

