

■ MEDICINA DEL LAVORO

Sindrome del tunnel carpale, una malattia “tecnologica”

Tra le patologie correlate al lavoro “manuale” la sindrome del tunnel carpale è relativamente frequente. I dati statistici mostrano che la prevalenza nella popolazione generale oscilla fra l'1% e il 18% e che colpisce più frequentemente donne (*G Ital Med Lav Erg* 2005; 27: 1: 96-100).

“Si calcola che circa il 50% dei casi è collegabile all'attività lavorativa svolta del paziente” spiega a *M.D.*

Maurilio Bruno, Responsabile dell'UO di Chirurgia della Mano II e Microchirurgia Ricostruttiva dell'IRCCS Istituto Ortopedico Galeazzi di Milano. “Tra gli elementi che dal punto di vista della medicina sociale e del lavoro vanno messi in evidenza nel favorire questa patologia vanno considerati la forza applicata nel gesto lavorativo, la ripetitività del gesto e, in particolari situazioni, la presenza di vibrazioni eccessive che agiscono sul polso”. “Siamo passati - continua Bruno - dall'osservare questa patologia per esempio nell'attività operaia, ripetitiva, nella catena di montaggio, al riscontrarla nel soggetto che utilizza molto il computer, o sta molte ore in posizione viziate del polso, in flessione o estensione obbligatoria”.

► Computer, mouse e tastiere

In questo contesto si aggiunge anche una recente metanalisi che sembrerebbe confermare come l'eccessivo uso del computer sia un fattore di rischio occupazionale per questa patologia (*J Neurol Sci* 2015; *epub ahead of print*). In particolare, dati provenienti da studi che hanno riguardato impiegati che lavorano in ufficio, hanno evidenziato una correlazione positiva tra la sindrome del tunnel carpale e l'uso di computer/macchina da scrivere (OR = 1.34), uso del mouse (OR = 1.93) e anni di lavoro al computer (OR = 1.92 lungo vs breve periodo). In questa ricerca, tale aumento del rischio non è evidenziato negli studi in cui i lavoratori al computer sono stati messi a confronto con la popolazione generale o con soggetti che svolgono mansioni al di fuori dell'ufficio.

Uno studio *ad hoc* ha in ogni modo evidenziato come il lavoro col mouse possa produrre ampie aree di deformazione nella regione del nervo mediano, con un elevato effetto di stress sul legamento carpale. Contestualmente, il lavoro alla tastiera tende a produrre considerevoli ed eterogenei allungamenti lun-

go l'asse longitudinale del nervo mediano. Si è inoltre dimostrato che l'aumentata pressione nel canale carpale causata da posizioni scomode del polso imposte dal lavoro al computer sono associate direttamente alla deformazione del nervo mediano (*J Biomech* 2014; 47: 2989-94).

► Dalla diagnosi alla terapia

A prescindere dall'eziologia, rimane il fatto che la sindrome del tunnel carpale è una condizione di frequente riscontro nello studio del medico e una corretta diagnosi può favorire il ricorso ad accorgimenti che possono controllare il disturbo e procrastinare l'intervento.

Nelle prime fasi può essere utile ricorrere a mezzi fisici, come la fisio-kinesiterapia, a farmaci neurotrofici e a integratori, senza però attendere che la patologia progredisca fino alla parziale degenerazione del nervo mediano.

Il trattamento, in ultima analisi, è tuttavia per lo più di tipo chirurgico. Dalla chirurgia aperta con grandi tagli si è passati a tecniche endoscopiche, mentre oggi si è tornati a una chirurgia aperta, ma mini-invasiva, della durata di pochi minuti, che consente un recupero più rapido.



Attraverso il presente QR-Code è possibile visualizzare con tablet/smartphone l'intervista a Maurilio Bruno