

GLA:D[®] Svizzera Artrosi Rapporto annuale 2019





Editoriale

Avete davanti a voi il primo rapporto annuale di GLA:D® Svizzera Artrosi. Vi ringraziamo per il vostro interesse.

Circa la metà degli over 60 soffre di artrosi del ginocchio o dell'anca. Come prima scelta terapeutica, le linee guida internazionali raccomandano univocamente un'educazione terapeutica specifica al paziente, abbinata ad una terapia di esercizio fisico e – se necessario – la riduzione del peso. I trattamenti aggiuntivi, opzionali comprendono la terapia farmacologica, gli interventi terapeutici passivi e il confezionamento di mezzi ausiliari. L'intervento chirurgico è considerato l'ultima opzione terapeutica nel trattamento dell'artrosi e dovrebbe venir messo in atto solo se tutte le misure elencate non si sono rivelate sufficientemente efficaci.

GLA:D® è un programma strutturato di esercizi e istruzione che traspone e mette in pratica queste linee guida 'Esercizi e istruzione del paziente come prima scelta' in un programma compatto e motivante.

GLA:D® è stato sviluppato originariamente in Danimarca, dove è stato introdotto nel 2013. Grazie al suo grande successo, il programma è stato lanciato in Australia, Canada, Cina e nel maggio 2019 in Svizzera.

Il rapporto annuale 2019 fornisce una panoramica dell'inizio di GLA:D® in Svizzera e presenta i primi risultati del nostro registro elettronico dei dati. Sono inclusi i dati del questionario dei pazienti e i dati oggettivi dei fisioterapisti fino al 31 dicembre 2019. Le statistiche sono puramente descrittive e devono essere interpretate con cautela.

Gli obiettivi per il 2020 consistono nell'ancorare ulteriormente GLA:D® Artrosi in Svizzera con misure di marketing specifiche, sviluppare ulteriormente la banca dati e ottimizzare l'offerta per il proseguimento dopo la fine del programma. A ciò contribuiscono anche i fondi di terzi della Fondazione Promozione Salute Svizzera, che abbiamo ricevuto nell'ambito del bando «Prevenzione in ambito sanitario».

Vi auguriamo una piacevole lettura del nostro Rapporto annuale 2019!

A nome del gruppo di interesse GLA:D® Svizzera:

Prof. Dr. Karin Niedermann
Head of Research

Prof. Dr. Omega E. Huber
Project Manager

Indice

| | |
|---|-----------|
| Che cos'è GLA:D®? | 5 |
| Corso di formazione per fisioterapisti | 5 |
| Programma GLA:D® | 5 |
| Raccolta sistematica dei dati | 5 |
| Qui viene offerto GLA:D® | 6 |
| I partecipanti | 7 |
| Numero di pazienti e loro distribuzione in Svizzera | 7 |
| Età, sesso e indice di massa corporea | 7 |
| Ginocchio e anca | 7 |
| Caratteristiche del paziente prima di iniziare il programma | 7 |
| I risultati | 8 |
| Risultati principali | 8 |
| Risultati alla fine del programma | 9 |
| Rapporto al medico curante | 10 |
| Informazioni su GLA:D® | 11 |
| Gruppo di interesse GLA:D® Svizzera | 11 |
| GLA:D® International | 11 |
| Finanziamento esterno | 11 |

Che cos'è GLA:D® ?

GLA:D® sta per «Good Life with osteoArthritis in Denmark» ed è un'iniziativa senza scopo di lucro dell'Università della Danimarca del Sud (SDU). GLA:D® è stato introdotto in Danimarca nel 2013 con l'obiettivo di implementare le linee guida internazionali di best practice per il trattamento dell'artrosi dell'anca e del ginocchio. GLA:D® contribuisce a migliorare la presa a carico delle persone affette da artrosi del ginocchio e dell'anca con esercizi e training come raccomandato dalle linee guida internazionali.

Il programma controllato a livello di qualità (da cui la sigla «®» nel nome) è composto da 3 parti:

Corso di formazione per fisioterapisti

In un corso di formazione della durata di due giorni, in cui i fisioterapisti diplomati ricevono le nozioni di base e la documentazione per poter poi implementare il programma GLA:D® nella loro pratica / studio privato.

Il corso comprende:

- Evidenze scientifiche attuali sull'artrosi e la relativa gestione clinica
- Introduzione alla struttura e al processo di GLA:D®.
- Istruzioni sul registro e sulla raccolta dei dati
- Informazioni sul materiale di implementazione digitale nell'area login del sito web

Tutti i diplomati che hanno superato il corso (presenza e superamento del test a scelta multipla) ricevono un certificato (valido per 3 anni) e sono elencati per nome sul nostro sito web GLA:D® Svizzera.

Programma GLA:D®

Nel programma GLA:D® Svizzera vengono utilizzati una valutazione uniforme e un programma di consulenza, istruzione e allenamento standardizzato, basato sull'evidenza e comprovato nella pratica, con possibilità di dosaggio individuale e di progressione dei carichi.

3

Sessioni individuali con valutazione iniziale, test e introduzione pratica al programma di esercizi

2

Sessioni di gruppo con raccomandazioni e istruzioni

12

Sessioni di gruppo con programma di esercizi neuromuscolari

1

Sessione individuale con valutazione finale, compreso un breve rapporto al medico di riferimento

Dopo aver completato il programma, i pazienti hanno sufficienti strategie e conoscenze per gestire autonomamente i problemi al ginocchio o all'anca. Ciò è confermato anche dai risultati a lungo termine della Danimarca dopo 12 mesi. Il dolore, la capacità di camminare e la qualità della vita sono migliorati significativamente dopo 3 e 12 mesi e non hanno mostrato alcuna diminuzione dopo 12 mesi come con altri metodi di trattamento.

Raccolta sistematica dei dati

Oltre alla seduta di entrata e di uscita, i pazienti vengono seguiti con questionari dopo 8–12 settimane e dopo 12 mesi. Tutti i dati raccolti vengono inoltre inviati in forma anonima al Registro GLA:D® Svizzera e viene redatto un rapporto annuale. La raccolta dei dati è stata approvata dai comitati etici competenti di tutta la Svizzera.

Qui viene offerto GLA:D®

In aprile si è svolto il primo corso di formazione in Svizzera. Questo corso è stato condotto dal Team GLA:D® Danimarca. 12 Trainer sono stati formati per offrire corsi di formazione e i primi 12 fisioterapisti e terapisti sono stati formati per offrire il programma GLA:D® nei loro ambulatori e studi di fisioterapia. I corsi di formazione e quindi anche il programma GLA:D® sono stati offerti nella Svizzera tedesca a partire da maggio 2019, nella Svizzera francese e in quella italiana a partire dall'autunno 2019.

Quest'anno sono stati formati 127 fisioterapisti.

Il programma GLA:D® può essere offerto in 19 cantoni e 94 località:

| Cantone | Sedi | Numero di Fisio |
|---------|------|-----------------|
| AG | 7 | 11 |
| AI | 2 | 2 |
| AR | 1 | 1 |
| BE | 4 | 5 |
| BL | 3 | 3 |
| BS | 3 | 5 |
| FR | 1 | 1 |
| GE | 4 | 7 |
| GL | 3 | 3 |
| GR | 2 | 2 |
| NW | 1 | 2 |
| SG | 5 | 8 |
| SH | 1 | 2 |
| SO | 5 | 6 |
| TG | 4 | 7 |
| TI | 21 | 31 |
| VD | 7 | 8 |
| VS | 8 | 9 |
| ZH | 13 | 20 |

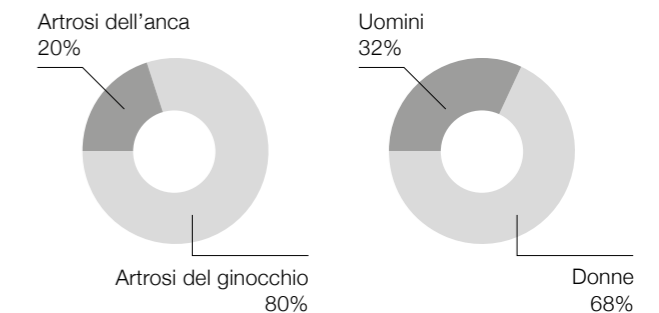
I partecipanti

Numero di pazienti e loro distribuzione in Svizzera
Alla fine di dicembre 2019, 337 pazienti avevano partecipato al programma, il 91% della Svizzera tedesca, il 2% della Svizzera francese e il 7% della Svizzera italiana. Il programma è stato offerto nella Svizzera francese e italiana solo a partire dall'autunno 2019. I risultati non sono presentati separatamente in questa relazione a causa della bassa ampiezza dei dati per lingua nazionale.

Età, sesso e indice di massa corporea
Dei 337 pazienti, di cui il 68 per cento erano donne (81 per cento con problemi al ginocchio e 19 per cento con problemi all'anca) e il 32 per cento erano uomini (79 per cento con problemi al ginocchio e 21 per cento con problemi all'anca). I pazienti con problemi al ginocchio avevano un indice di massa corporea (IMC) medio di 27, i pazienti con problemi all'anca avevano un IMC medio di 25,9.

Ginocchio e anca

- L'80% dei pazienti (270) ha partecipato per problemi al ginocchio e il 20% (67) per problemi all'anca.
- Il 51% dei pazienti non ha subito alcun intervento chirurgico sull'articolazione più colpita.
- Il 97% dei pazienti non aveva in previsione un intervento chirurgico.
- L'84% dei pazienti aveva una radiografia recente e l'81% di loro mostrava segni di artrosi.



Caratteristiche del paziente prima di iniziare il programma

| | Totale Pazienti (n=337) | Artrosi del ginocchio (n=270) | Artrosi dell'anca (n=67) |
|--|-------------------------|-------------------------------|--------------------------|
| Età (media (range)) | 65.3 (37-88) anni | 65.2 (41-88) anni | 65.4 (37-85) anni |
| Sesso (%) | | | |
| Donne | 228, 67.7% | 184, 68.1% | 44, 65.7% |
| Uomini | 109, 32.3% | 86, 31.9% | 23, 34.3% |
| BMI (media/range) | - | 27.3 (17.6-44.6) | 25.9 (18.7-34.3) |
| Attività lavorativa n (%) | | | |
| No | 186 (59%) | 150 (60%) | 36 (55%) |
| Sì | 129 (41%) | 101 (40%) | 28 (45%) |
| Situazione abitativa n (%) | | | |
| vive da solo | 91 (28%) | 77 (30%) | 14 (22%) |
| vive con altre persone | 234 (72%) | 184 (70%) | 50 (78%) |
| Livello di istruzione n (%) | | | |
| ≤ Scuola obbligatoria | 34 (10%) | 31 (12%) | 3 (5%) |
| Apprendistato o scuola professionale a tempo pieno | 132 (41%) | 106 (40%) | 26 (41%) |
| ≥ Scuola elementare | 160 (49%) | 125 (48%) | 35 (55%) |

n = numero; BMI = indice di massa corporea

I risultati

I risultati sono determinati dal cambiamento tra i dati raccolti prima dell'inizio del programma e dopo la fine dello stesso (circa 8–12 settimane dopo l'inizio). Al 31 dicembre 2019 avevamo a disposizione i dati di 167 pazienti (133 con artrosi del ginocchio (80%) e 34 con artrosi dell'anca (20%) dopo il completamento del programma.

Risultati principali

- Riduzione del dolore (NRS) del 35% (artrosi del ginocchio) e del 22% (artrosi dell'anca)
- Miglioramento della funzione auto-valutata (punteggio totale KOOS/HOOS) del 25% (artrosi del ginocchio) e del 13% (artrosi dell'anca)
- Miglioramento della funzione testata (chair stand) del 23% (artrosi del ginocchio) e del 18% (artrosi dell'anca)
- Miglioramento della capacità di camminare testata (40 metri Paced Walk Test) del 13% (artrosi del ginocchio) e dell'11% (artrosi dell'anca)

Risultati alla fine del programma

| | Artrosi del ginocchio (n=133) | | | Artrosi dell'anca (n=34) | | | |
|---------------------------------|----------------------------------|---|-------------------|-------------------------------|---|-------------------|------|
| | All' inizio media | Dopo il completa- mento* media | Variazione (%) | Prima di iniziare media | Dopo il completa- mento* media | Variazione (%) | |
| Dolore | | | | | | | |
| NRS (media) | 5.10 | 3.29 | -35% | 4.58 | 3.55 | -22% | |
| KOOS/HOOS | | | | | | | |
| Punteggio totale | 25.19 | 31.55 | +25% | 27.41 | 31.10 | +13% | |
| Sottoscala | Dolore | 8.03 | 10.16 | +27% | 9.00 | 10.23 | +14% |
| | ADL | 10.19 | 12.15 | +19% | 10.39 | 11.81 | +14% |
| | QOL | 6.98 | 9.21 | +32% | 8.02 | 9.06 | +13% |
| Chair stand test | | | | | | | |
| n in 30 secondi | 13.5 | 16.6 | +23% | 14.7 | 17.4 | +18% | |
| 40 metri Paced Walk Test | | | | | | | |
| Durata in secondi | 26.4 | 23.4 | +13% | 25.8 | 23.0 | +11% | |

*8–12 settimane dopo l'inizio
n=numero; BMI=indice di massa corporea

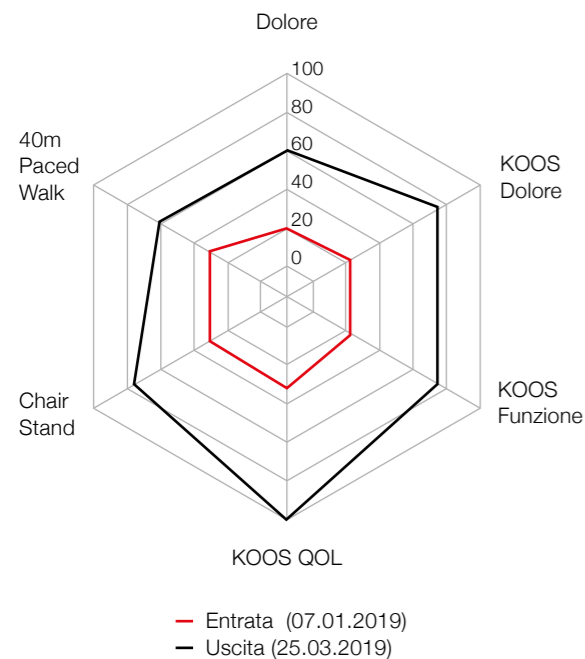
NRS = scala di valutazione numerica (da 0–10, 0 = nessun dolore, 10 = dolore molto forte).
Questionario KOOS/HOOS = Punteggio di risultato per lesioni al ginocchio e all'anca e artrosi
Con scala da 0 = funzione completamente limitata a 48 = migliore funzione possibile; ogni scala da 0 (minimo) –16 (massimo)
ADL = Attività della vita quotidiana

Conclusione

Sulla base delle prime valutazioni di 3 mesi, si può affermare che sia i pazienti affetti da artrosi del ginocchio che quelli affetti da artrosi dell'anca beneficiano di un miglioramento significativo del dolore e della funzionalità autovalutata. Questi risultati sono paragonabili con quelli della Danimarca, con circa 50'000 partecipanti.

Rapporto al medico curante

Alla fine del trattamento, si può generare un rapporto da inviare al medico. Esso presenta i dati in maniera sia oggettiva che soggettiva.



Esempio spiegazioni:

KOOS = Knee Injury and Osteoarthritis Outcome Score con Subscores Dolore, Funzione e qualità di vita (QOL); Dolore (NRS), Chair Stand = 30 Secondi Chair Stand Test, 40m Paced Walk = 40m Paced Walk Test

Per poter visualizzare i diversi strumenti di misura con le loro diverse scale in un grafico a ragnatela, i valori minimi e massimi sono definiti per tutti i punteggi. I valori effettivi vengono poi convertiti in una scala da 0-100. Se necessario, i punteggi vengono ruotati in modo che un ingrandimento corrisponda sempre ad un miglioramento.

Informazioni su GLA:D®

Gruppo di interesse GLA:D® Svizzera

Il gruppo d'interesse è stato fondato il 14 novembre 2018 ed è composto dalle seguenti organizzazioni:

ZHAW, Scuola Universitaria Professionale di Zurigo, Istituto di Fisioterapia:

- Prof. Dr. Omega E. Huber, Project Manager
- Prof. Dr. Karin Niedermann, Head of Research
- Teresa Bossard, Project Assistant
- André Meichtry, Project Statistician

HES-SO Valais-Valais, Haute Ecole de Santé:

- Prof. PD. Dr. Lara Allet, responsabile per la Svizzera romanda
- Roger Hilfiker, responsabile della Svizzera romanda

SUPSI, Scuola Universitaria Professionale della Svizzera Italiana:

Luca Scascighini, responsabile per la Svizzera Italiana

Svomp, Associazione Svizzera di Fisioterapia Ortopedica-Manipolatoria:

- Felicitas Frank, Presidente
- Rick Peters, Vice Presidente

Sportfizio, Associazione Svizzera di Fisioterapia Sportiva:

Prof. PD. Dr. Lara Allet, Membro del Comitato dell'associazione

RLS, Lega svizzera del reumatismo:

Martina Roffler, responsabile dei servizi

GLA:D® International

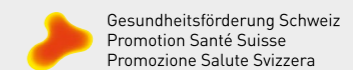
GLA:D® proviene originariamente dalla Danimarca, dove è stato introdotto nel 2013. Grazie al suo grande successo, il programma è stato lanciato in Canada nel 2015, in Australia nel 2016, in Cina nel 2017 e in Svizzera nel maggio 2019. Sotto la guida del gruppo danese, due volte all'anno si tiene un incontro del cosiddetto GLA:D® International Network (GIN). Una volta che ci si incontra fisicamente e una volta che si svolge come incontro virtuale. Nella riunione di quest'anno sono stati formati 3 sottogruppi per trattare i contenuti del programma, le variabili principali e la telemedicina. Per ulteriori informazioni, consultare il sito web di GIN: www.gladinternational.org.

Finanziamento esterno

Per gli anni 2020-2023, Promozione Salute Svizzera ci ha garantito un notevole sostegno finanziario nell'ambito di una proposta di progetto per il progetto «Prevenzione nella sanità». L'attenzione si concentra sull'ulteriore sviluppo del registro e del sito web, nonché sul miglioramento dell'ancoraggio e della sostenibilità del programma GLA:D® Svizzera.

Cogliamo l'occasione per ringraziare Promozione Salute Svizzera per il suo sostegno e la fiducia dimostrata.

Con il sostegno del finanziamento del progetto Prevenzione nell'assistenza sanitaria.



GLA:D[®] Schweiz, Suisse, Svizzera
c/o ZHAW, Institut für Physiotherapie
Technikumstrasse 71, 8401 Winterthur
a partire dal 3.8.2020:
Katharina-Sulzer-Platz 9
www.gladsvizzera.ch
gladsvizzera@supsi.ch

Grazie a

Ringraziamo la Società Svizzera di
Medicina Interna Generale, la Società
Svizzera di Reumatologia e Swiss
Orthopaedics per il loro sostegno.

