



<https://www.printo.it/pediatric-rheumatology/IT/intro>

## **Sindromi da dolore agli arti**

Versione 2016

### **8. Dolore rotulofemorale- dolore alle ginocchia**

#### **8.1 Che cos'è?**

Il dolore rotulofemorale è la sindrome da uso eccessivo più comune. I disordini di questo gruppo derivano dal movimento ripetitivo o da lesioni legate a esercizio fisico sostenuto in una parte specifica del corpo, in particolare le articolazioni e i tendini. Questi disordini sono più frequenti negli adulti (gomito del tennista o del golfista, sindrome del tunnel carpale, ecc.) che nei bambini.

Il dolore rotulofemorale riguarda lo sviluppo di dolore nella parte anteriore del ginocchio con attività che comportano un carico aggiuntivo sull'articolazione rotulofemorale (l'articolazione formata dalla rotula e dalla parte inferiore dell'osso della coscia o femore). Quando il dolore al ginocchio è accompagnato da alterazioni nel tessuto interno superficiale (cartilagine) della rotula, si utilizza il termine medico "condromalacia della rotula" o "condromalacia rotulea".

Il dolore rotulofemorale ha diversi sinonimi: sindrome rotulofemorale, dolore nella parte anteriore del ginocchio, condromalacia della rotula, condromalacia patellae.

#### **8.2 È diffusa?**

È poco comune nei bambini fino agli 8 anni e diventa gradualmente più comune negli adolescenti. Il dolore rotulofemorale è più comune nelle femmine. Può anche essere più comune nei bambini con un'angolazione significativa delle ginocchia come nel caso del ginocchio valgo o ginocchio varo, così come in quelli con malattie della rotula dovute a disallineamento e instabilità.

---

### **8.3 Quali sono i sintomi principali?**

I sintomi caratteristici sono dolore nella parte anteriore delle ginocchia che peggiora durante attività come corsa, salire o scendere le scale, accovacciarsi o saltare. Il dolore può peggiorare anche stando a lungo seduti con le ginocchia piegate.

### **8.4 Come viene diagnosticata?**

Il dolore rotulofemorale nei bambini sani è una diagnosi clinica (non è necessario effettuare esami di laboratorio o immagini radiologiche). Il dolore può essere riprodotto tramite compressione della rotula o impedendo il movimento verso l'alto della rotula quando il muscolo della coscia (quadricipite) è contratto.

### **8.5 Come possiamo trattarla?**

Nella maggior parte dei bambini senza malattie associate (quali disturbi di angolazione delle ginocchia o instabilità della rotula), il dolore rotulofemorale è una condizione benigna che guarisce da sola. Se il dolore interferisce con lo sport e le attività quotidiane, può essere d'aiuto un programma di rafforzamento dei quadricipiti. L'applicazione di impacchi freddi può alleviare il dolore dopo l'esercizio fisico.

### **8.6 In che modo la malattia influisce sulla vita quotidiana?**

I bambini devono condurre una vita normale. Il livello di attività fisica deve essere regolato per evitare il dolore e i bambini molto attivi possono usare una fascia per ginocchia con cinghia patellare.