

## **Dimmi che sintomi hai e ti dirò di che malattia reumatica soffi**

Esistono più di 200 malattie reumatologiche diverse, molto differenti fra loro per frequenza e gravità. Nel nostro Paese ne soffrono circa sei milioni di persone: «Riconoscere i sintomi e arrivare al più presto a una diagnosi è essenziale per limitare i danni e curare al meglio i malati», sottolineano gli esperti della Società Italiana di Reumatologia riuniti a Rimini per il congresso annuale (Fonte: <https://www.corriere.it/> 25 novembre 2025)

### **È importante non perdere tempo**

Le malattie reumatologiche sono caratterizzate da **infiammazione a carico delle articolazioni** con coinvolgimento di tutte le strutture che compongono l'apparato locomotore e spesso colpiscono anche gli organi interni. «**Artrite reumatoide, artrosi e osteoporosi** sono fra le più comuni, altre come il **lupus eritematoso, la sclerodermia** o alcune forme di patologie autoimmuni sistemiche sono più rare - spiega **Roberto Caporali, presidente eletto della Società Italiana di Reumatologia (Sir) e direttore del Dipartimento di Reumatologia e scienze mediche dell'ASST Pini-CTO Milano** -. I segnali d'allarme all'inizio sono pochi, ma non vanno trascurati quando perdurano». Mettere insieme gli indizi, nelle prime fasi, può rivelarsi un compito arduo e i primi sintomi possono essere difficili da interpretare. «Se non curate, molte di queste patologie possono portare **progressivamente all'invalidità** - prosegue Caporali -. Le cure però esistono e in questi ultimi anni si sono rivelate estremamente efficaci: per questo è importante che i medici di famiglia e i pazienti sappiano individuare prontamente i sintomi che richiedono un approfondimento specialistico».

### **Dolore e mani e polsi**

«La possibilità di diagnosticare precocemente la maggior parte delle malattie reumatiche e di riconoscere nel dettaglio la presenza di una patologia in una fase molto iniziale consente al medico di intervenire in modo più incisivo, riuscendo in non pochi casi a impedire la progressione della malattia - chiarisce **Angela Padula, vicepresidente della Società Italiana di Reumatologia (Sir) e direttrice della Reumatologia dell'Aor San Carlo di Potenza** -. Non bisogna ignorare quindi dolori, tumefazioni e segni di infiammazione a carico delle articolazioni delle mani e/o dei piedi che persistono da più di tre settimane».

### **Rigidità articolare**

È importante parlare con un medico quando al dolore si associa **rigidità articolare**, che interessa soprattutto le mani e si presenta al **mattino** dopo il risveglio e perdura per oltre un'ora. «La rigidità articolare, una sensazione di impaccio funzionale come se si fosse "legati", la **fatica a muoversi in modo fluido**, sono infatti tra i sintomi più comuni di alcune malattie reumatologiche e in particolare dell'artrite reumatoide, che colpisce le **piccole articolazioni di mani e piedi** -

dice Andrea Doria, presidente della Società Italiana di Reumatologia -. Nell'artrosi invece il dolore interviene prevalentemente con l'utilizzo delle articolazioni e compare più facilmente la sera, dopo che le articolazioni sono state sottoposte a fatica funzionale». Anche nelle spondiloartriti assiali, che a differenza di altre forme colpiscono più frequentemente i soggetti di sesso maschile, la sintomatologia d'esordio è rappresentata da una **lombalgia tipicamente notturna e mattutina** (quella che i reumatologi chiamano «lombalgia infiammatoria»).

### Dolore lombare nei giovani

Specie **nei giovani**, un **dolore lombare con irradiazione alle natiche e alle cosce**, spesso confuso con una sciatica, con decorso alterno, che interessa ora la coscia destra ora la sinistra, che **aumenta durante il riposo notturno** e si attenua con l'attività fisica può essere evocativo di un'altra malattia infiammatoria cronica, la spondilite anchilosante. «Tutti questi sintomi sono molto preziosi perché possono indicare un'**artrite reumatoide o una spondiloartrite**. È importante parlarne con il medico di base e poi con un reumatologo che può instaurare la terapia più adeguata» precisa Doria.

### Gonfiore improvviso

«Meglio non trascurare una tumefazione che compare velocemente, **senza un motivo apparente**, così come un rigonfiamento associato o meno a dolore e arrossamento locale, di una o più articolazioni in assenza di trauma - dice Padula -. Il gonfiore è tra i segnali più tipici, **comune a molte malattie reumatiche**. La diagnosi delle malattie reumatiche può essere resa difficile anche dal fatto che i sintomi sono gli stessi per diverse patologie. Per questo è necessario sottoporsi a una visita presso uno specialista reumatologo, che può stabilire **se e quali esami prescrivere** per arrivare a definire con precisione la malattia in questione e le terapie indicate».

### Impallidimento delle dita delle mani

Il fenomeno delle «**dita fredde**», avvertito soprattutto a livello delle mani, è molto diffuso, soprattutto fra le donne che ne soffrono il triplo rispetto agli uomini. In una larga percentuale di casi si tratta di un'ipersensibilità individuale al freddo che determina una costrizione “esagerata” delle arteriole più periferiche. «Se le dita dapprima **bianche** (per l'ischemia ovvero per la mancanza di flusso arterioso) **diventano bluastre** (per la cianosi causata dalla mancanza di ossigeno nei tessuti) e **infine rosse** (per l'eritema che segue il ritorno della circolazione a livello delle dita), potrebbe trattarsi del **fenomeno di Raynaud**, che in alcuni casi è il primo sintomo di alcune patologie autoimmuni sistemiche quali sclerodermia e lupus - chiarisce Doria -. Una **visita reumatologica**, con eventuale esecuzione di un esame (la capillaroscopia periungueale), potrebbe permettere una diagnosi precoce».

## **Sensazione di secchezza o di sabbia negli occhi**

La percezione di avere sabbia negli occhi, associata a **secchezza di occhi e bocca e in generale di tutte le mucose**, spesso associata a dolori articolari o muscolari può essere espressione di una **sindrome di Sjögren**, una malattia autoimmune che colpisce le ghiandole lacrimali e salivari, che progressivamente vanno incontro a perdita della loro funzione. La sua origine non è al momento nota, ma è sicuro che siano in gioco fattori genetici, ambientali e ormonali.

## **Dolore alle spalle negli over 50**

«Nell’ultracinquantenne deve insospettire l’improvvisa comparsa di dolore soprattutto notturno e mattutino a entrambe le spalle, con impossibilità di fare movimenti quotidiani normali, come pettinarsi o allacciare il reggiseno - dice Caporali -. O un male alle anche con difficoltà, per esempio, ad alzarsi da una poltrona, specie se accompagnato da mal di testa e calo di peso. Potrebbero infatti essere i primi sintomi di una **polimialgia reumatica**, che se **colta inizialmente può essere curata e guarita** con una semplice terapia. A volte questa malattia può essere espressione di una arterite temporale che deve essere diagnosticata precocemente in quanto può causare, se non trattata, addirittura una cecità irreversibile».

## **Male ad articolazioni, colonna vertebrale e tallone**

Le persone che soffrono di psoriasi o con familiari affetti da psoriasi dovrebbero insospettirsi davanti alla comparsa di **dolore alle articolazioni o alla colonna vertebrale o al tallone**.

«Potrebbe trattarsi di **artrite psoriasica** - conclude Caporali -, una patologia che rappresenta una complicazione abbastanza frequente della psoriasi cutanea. Infatti, il tra il 20 ed il 30 per cento dei malati psoriasici presenta anche sintomi articolari che possono variare da semplici **entesiti** (infiammazioni a carico delle giunzioni tra tendini, legamenti e osso come ad esempio l’infiammazione del tendine di Achille), a vere e proprie **sinoviti** (infiammazione dell’articolazione). Non curata, questa forma di artrite può portare a gravi danni articolari. Motivo per cui, ancora una volta, è importante vedere un medico esperto, che possa **fare una diagnosi certa e prescrivere la terapia più efficace** evitando che la situazione peggiori. La collaborazione tra dermatologo e reumatologo è essenziale in questi casi per arrivare a una diagnosi precoce».