

In breve**Il polso fa male?
Il mouse è innocente...**

● Svolgo un lavoro che prevede l'utilizzo continuativo del computer. Può essere la causa di patologie a carico della mano?

FRANCESCA M. (LIVORNO)



risponde **Giorgio Pajardi**
direttore dell'Uoc di Chirurgia
e riabilitazione della mano dell'Ospedale
San Giuseppe, Gruppo MultiMedica,
Università di Milano

● Dito a scatto, sindrome del tunnel carpale, rizoartrosi, sono tra le patologie a carico della mano e del polso più diffuse tra i professionisti del terzo millennio. È consuetudine cercare la causa scatenante di questi problemi negli strumenti di lavoro più comuni quali Pc, smartphone, tablet o mouse. In realtà, il loro utilizzo scorretto rappresenta un fattore scatenante, ma non la causa della condizione patologica. È bene sottolineare, infatti, come non sia lo strumento tecnico in quanto tale a causare il danno, bensì l'utilizzo della mano, organo di presa per definizione, in modo scorretto. A lungo, si può manifestare un'alterazione degenerativa, ovvero l'artrosi, non riferibile all'età ma a un utilizzo sbagliato dell'arto. Le tecnologie che indubbiamente possono portare una aggravante in questo senso sono i cellulari e i tablet, che richiedono di reggere lo strumento e digitare allo stesso tempo, talvolta con la stessa mano, senza un piano di appoggio, come accade invece con la tastiera del computer sulla scrivania. È fondamentale stimolare chi è colpito da determinate patologie a informarsi correttamente su come correggerle, al di là della propria attività quotidiana. Non sono, infatti, il lavoro o lo sport che creano il problema, ma la predisposizione e una delle applicazioni della mano che il paziente compie quotidianamente in modo errato.