



Riposo a letto nella minaccia d'aborto: utile o dannoso?

Data 13 giugno 2006
Categoria ostetricia

Non esistono prove basate su evidenze che dimostrino l'utilità del riposo a letto in caso di minaccia d'aborto, ma nemmeno dati che indichino che sia una pratica dannosa.

In caso di minaccia d'aborto molti medici prescrivono il riposo a letto (1), tuttavia gli studi controllati in merito all'utilità di tale condotta in caso di minaccia d'aborto sono pochissimi e su casistiche assai ridotte. Un RCT del 1993 è stato condotto in 61 donne con età gestazionale inferiore a 8 settimane con minaccia d'aborto randomizzate a ricevere iniezioni di gonadotropina corionica (hCG), placebo o riposo a letto. Il tasso di abortività nei 3 gruppi è stato rispettivamente del: 30%, 48%, e 75% con differenze significative tra hCG e riposo a letto, ma non tra hCG e placebo e neppure tra placebo e riposo a letto. Dai contraddittori anche dagli studi retrospettivi o di coorte tanto che per la Cochrane la pratica del riposo a letto è una pratica che ha poca probabilità di conferire beneficio. In uno studio (3) retrospettivo su 226 donne ospedalizzate per minaccia d'aborto, il 16% delle 146 donne che erano rimaste a riposo a letto aveva abortito, in confronto al 20% di quelle che non erano state a riposo ($P = 0.41$; non significativo). Uno studio (4) osservazionale di coorte più recente su 230 gravide con minaccia d'aborto ha evidenziato che avevano abortito il 9.9% delle donne che erano rimaste a riposo a letto vs il 23.3% di quelle che avevano continuato a praticare le loro normali attività ($P = 0.03$).

Fonti:

- 1) BMJ 1987;295: 583-6
- 2) Int J Fertil Menopausal Stud 1993;38: 160-5
- 3) Minerva Ginecol 2001;53: 337-40
- 4) Isr Med Assoc J 2003;5: 422-4

Commento di Luca Puccetti

Non ci sono evidenze convincenti a supporto o contro la pratica del riposo a letto nella minaccia d'aborto. In mancanza di chiare indicazioni un consiglio sensato potrebbe essere quello di informare la paziente della mancanza di dati a riguardo e di mettere in atto la condotta che più le aggrada o si adatta alla condizione psicologica e al contesto culturale, sociale, familiare e lavorativo. Alcune gravide con minaccia d'aborto mettendosi a riposo potrebbero essere sollevate dal punto di vista psicologico per aver messo in atto tutte le possibili precauzioni. Tuttavia il riposo a letto potrebbe teoricamente indurre atrofia muscolare, decondizionamento cardiaco, disturbi del sonno. Tuttavia le evidenze a supporto di un'azione dannosa del riposo a letto sono parimenti assai deboli. Sempre dal punto di vista psicologico in altre donne il riposo a letto potrebbe indurle a ritenere di essere ammalate e dunque a sviluppare depressione e pessimismo sulla possibilità di portare avanti la gravidanza. Da un punto di vista teorico, dato che le cause di aborto possono essere di vario tipo, il riposo a letto potrebbe essere utile in quelle forme in cui la minaccia d'aborto è sostenuta da un'iperattività contrattile dell'utero, mentre sarebbe, ovviamente, poco utile in caso di anomalie cromosomiche fetali incompatibili con la vita. Per rispondere alla domanda sul ruolo del riposo a letto nella minaccia d'aborto occorrerebbe realizzare un ampio RCT escludendo eventuali cause di aborto "obbligato" valutando il cariotipo al fine di studiare l'impatto del riposo a letto sulle donne teoricamente suscettibili di un qualche beneficio. Tuttavia dato il piccolo numero di aborti che effettivamente si verificano nelle gravide con minaccia d'aborto, il numero di gravide da arruolare per poter avere una sufficiente potenza statistica sarebbe molto elevato.