



Diastasi dei retti – ottobre 2025

1. Denizoglu Method vs conventional exercises for postpartum DRA: randomized controlled trial

Autori: Candan E, Denizoglu K, et al.

Rivista: Hernia — Data: 2025-09-23

PMID: 40986105 **DOI:** 10.1007/s10029-025-03441-5 **PubMed:**

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/40986105/>

Domanda di ricerca: Il metodo Denizoglu riduce IRD e migliora funzione vs esercizi standard?

Ipotesi: Sì, con miglioramento clinicamente rilevante.

Disegno & metodi: Randomizzazione; misure IRD e performance del core.

Risultati: Riduzione IRD significativa e migliori performance nel gruppo intervento.

Volevano dimostrare → Hanno dimostrato: Dimostrare superiorità riabilitativa. → Beneficio mostrato; conferme a lungo termine necessarie.

Bias: Non cecità; campione limitato.

Generalizzabilità: Moderata.

Aspetti economici / qualità di vita / recidive: QoL ↑; costi non analizzati.

Limiti: Follow-up breve.

2. Telerehabilitation for DRA: feasibility & preliminary efficacy (pilot)

Autori: Skoura A, Antoniou M, Thanatsis N, et al.

Rivista: Healthcare (Basel) — Data: 2025-09-05

PMID: 40941576 **DOI:** 10.3390/healthcare13172224 **PubMed:**

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/40941576/>

Domanda di ricerca: Programma tele di 12 settimane è fattibile/efficace?

Ipotesi: Sì, con buon engagement e miglioramenti clinici.

Disegno & metodi: 12 settimane; TUQ, IRD, endurance, body image.

Risultati: Alta usabilità; IRD ed endurance migliorate; aderenza ~71%.

Volevano dimostrare → Hanno dimostrato: Provare fattibilità/efficacia preliminare. → Segnali positivi.

Bias: Campione esiguo; nessun controllo.

Generalizzabilità: Limitata (pilot).

Aspetti economici / qualità di vita / recidive: Potenziali risparmi e QoL ↑.

Limiti: Assenza di controllo; breve follow-up.