



## MEDICINA A BORDO CAMPO

# Tennis e sviluppo armonico

**C**aro Professore, sulla base della sua esperienza, ritiene che il tennis nel bambino, età sei-sette anni, possa essere uno sport che non permetta un armonico sviluppo motorio? Oppure sono soltanto delle vecchie idee ormai obsolete? (A.C. - Siracusa)



Gentile Lettore, il tennis permette uno sviluppo armonico del corpo del bambino. L'uso della racchetta è sempre integrato da specifica attività psicomotoria.

Il problema quindi delle asimmetrie è totalmente eliminato ed è un vecchio retaggio mentale del passato. Il mio consiglio è di affidarsi a istruttori federali che individueranno la preparazione atletica più idonea per il fisico di suo figlio.

**C**arissimo Professor Parra, ho un'inflammatione del tendine rotuleo. Quale terapia mi consiglia per risolvere questo doloroso e fastidioso problema. Quali esercizi fisici mi consiglia da integrare con un'eventuale terapia? (F.C. - Bergamo)

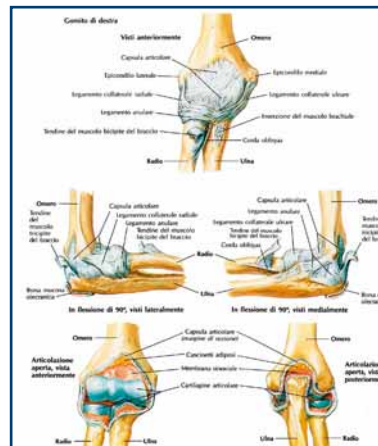
Carissimo Lettore, la terapia più idonea per eliminare l'inflammatione del tendine rotuleo è la laser terapia di potenza nelle sue varie forme: da un FP3System, al Parracelso, al Doctor Laser. La mia esperienza mi suggerisce di consigliare questo tipo di cura per una soluzione definitiva del problema.

**C**aro Professore, ho letto che è stato il medico di fiducia del grande Alberto Tomba, quali sono gli infortuni tipici di uno sciatore? E poi, uno sciatore che ha subito un infortunio ai legamenti del gi-

nocchio potrebbe avere dei problemi giocando a tennis? Grazie e complimenti per la sua attività. (D.I. - Trieste)

Gentilissimo Lettore, la ringrazio per le sue belle parole. Gli infortuni di uno sciatore sono, oltre quelli legati agli arti inferiori, quelli a carico della colonna lombare. Tali infortuni possono essere causati da fattori indipendenti alla preparazione atletica dello sportivo, ma dovuti alla tipologia del terreno di attività. Se l'intervento a carico dei legamenti è stato bene eseguito, non vi sono controindicazioni alla pratica del tennis. Mi permetto però di consigliarle di giocare su una superficie quale la terra rossa ed evitare superfici particolarmente dure.

**C**aro Professore ho trent'anni e gioco a tennis. Due mesi fa ho subito un'operazione al gomito destro causata da un infortunio sul lavoro. Ho ripreso l'attività tennistica da due settimane in modo blando (due volte alla settimana un'ora di lezione) e da cinque giorni ho dolore di nuovo al gomito che mi impedisce di muovere completamente l'arto. Devo sospendere le lezioni? Quale terapia mi consiglia per alleviare il dolore? (R.P. - Savona)



Carissimo Lettore, le suggerisco di eseguire una serie di esami diagnostici: da una semplice radiografia, a una ecografia sino ad arrivare a una risonanza magnetica a carico del gomito. Tali accertamenti permetteranno di determinare lo stato del suo gomito, potremo così impostare la terapia più idonea per rimuovere definitivamente la causa del suo dolore.

# Abbonatevi a

# Super Tennis

IL MENSILE DELLA FEDERAZIONE ITALIANA TENNIS

# Tennis Magazine

● Abbonamento per un anno: 30 €.

● Pagabili o con assegno circolare, non trasferibile, intestato a "Federazione Italiana Tennis" da spedire a mezzo raccomandata a/r, o con bonifico bancario intestato a "Federazione Italiana Tennis" c/o BANCA NAZIONALE DEL LAVORO, Ag. CONI, IBAN IT31Y10050330900000000008.