



MEDICINA A BORDO CAMPO

L'importanza della racchetta

Caro Professore sono un giocatore amatoriale di 24 anni. Dopo aver cambiato racchetta dopo un po' di tempo ho iniziato ad accusare dolori all'altezza del gomito. Può, a suo parere, il cambio della racchetta aver innescato uno stato infiammatorio? Il peso e la tensione delle corde sono identici alla vecchia racchetta. La ringrazio. (P.P. - Cuneo)

Carissimo Lettore, spesso il cambio di racchetta può provocare fastidi come quelli da lei descritti. Questo accade anche se il peso e la tensione delle corde rimane invariata. La nuova racchetta è comunque un attrezzo diverso dal precedente e le sue vibrazioni possono innescare fenomeni infiammatori non solo a carico del gomito, ma anche a carico della spalla e del polso.



Carissimo Prof. Parra, il giornalista Gianni Clerici ci ricorda ogni volta che lei è un mago della laser terapia. A suo parere, qual è il laser più efficace al momento attuale per la cura dell'infiammazione del tendine sovra spinato? (V.L. - Roma)

Gentile lettore, la sua domanda mi dà l'occasione per ringraziare Gianni Clerici per la sua bontà di giudizio nei miei confronti, non sono un mago, ma solo un medico che ha dedicato gran parte della propria vita alla ricerca e allo sviluppo

di metodologie per la cura di patologie con un metodo alternativo a quello dell'intervento chirurgico. In merito alla sua domanda non esiste un laser più efficace, occorre trovare un professionista serio in grado di intervenire con competenza sull'arto infortunato. Credo che ancor oggi sia l'uomo a far la differenza e non lo strumento.

Ho 40 anni e gioco a tennis da due anni. Ho sempre giocato sulla terra rossa ma da un paio di mesi ho cambiato superficie prediligendo le superfici veloci. Forse è dovuto a questo il dolore che accuso alla coscia destra che esami mi consiglia e che terapia dovrei adottare? (U.S. - Brindisi)

Caro Lettore, il cambio di superficie di gioco può diventare causa di patologie ed infortuni, nello specifico quando si passa da una superficie "morbida" quale la terra rossa ad una "dura e veloce" quale il cemento o certi tipi di sintetici. Nel suo caso specifico occorre capire quale tipo di trauma ha subito: se muscolare, se tendineo o di altro tipo. Prima di adottare qualsiasi tipo di terapia occorre eseguire una serie di accertamenti diagnostici per poter iniziare la cura più idonea.



Caro Professore, gioco su superfici veloci. Accuso spesso dolori alle articolazioni: caviglia e ginocchio. Crede che la superficie e non leggero sovrappeso possano essere le cause di questi dolori? Oppure la causa deve essere ricercata altrove? Il dolore lo avverto maggiormente il giorno successivo dell'allenamento o della partita. Grazie per i consigli che vorrà darmi. (R.O. - Ancona)

Gentile Lettore, è evidente che uno stato di sovrappeso e superfici di gioco dure possono essere causa di infortuni a carico del ginocchio e della caviglia. Il consiglio che posso darle è cercare di ridurre il peso con un'idonea dieta. Ciò le permetterà nel futuro di migliorare il suo gioco e parallelamente di ridurre eventuali stati infiammatori e traumi a carico delle articolazioni al di là della superficie di gioco. Una corretta e bilanciata alimentazione è di per sé un ottimo modo per approcciare ad una qualsiasi attività sportiva.

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 IT31Y0100503309000000000008.