

MAGAZINE SuperTennis

IL MENSILE DELLA FEDERAZIONE ITALIANA TENNIS FIT

Anno 11 - Settembre 2005

8/9

POSTE ITALIANE SpA
D.L. 353/2003
(Conv. in Legge 27/02/04 n. 46)
Art. 1, Comma 1 - D.C.B. Roma

**I RETROSCENA
DELL'ESCLUSIONE
DI VOLANDRI
DA ITALIA-SPAGNA**

**PARTE
LA**

SERIE A1
by FIT

**FIT
IN CRESCITA
ANCHE
NEL 2005**

SAN GUINETTI

OPEN USA, L'ESEMPIO DEL VETERANO

www.federtennis.it

Dr. Parra

Le lesioni da SOVRACCARICO



di Francesco Parra

Numerosi nostri lettori ci hanno chiesto notizie sulle patologie da carico o da stress funzionale delle strutture durante l'attività sportiva.

La ripetizione continua di alcuni gesti sportivi può comportare l'insorgenza di una specifica patologia che viene definita da "sovraccarico funzionale" o da "micro-traumatismo", per sottolineare la eziopatogenesi dovuta ad una serie pressoché infinita di microtraumi. Le sedi più frequentemente colpite sono quelle tendinee, in particolar modo nelle sedi inserzionali (ed in tal caso si parla di "patologia inserzionale"), delle cartilagini e dell'osso. Altra caratteristica di queste lesioni è che esse possono avere sedi e manifestazioni tipiche per ogni tipo di sport praticato (ad esempio il "gomito del tennista", la "spalla del lanciatore", il "gomito del golfista", ecc.).

Nel caso in cui venga interessata una struttura tendinea si hanno quadri di vario grado, dalle peritendiniti fino alle tendinosi, alle tendinopatie inserzionali ed in gradi estremi alle rotture sottocutanee. Nel caso di interessamento del tessuto cartilagineo articolare si hanno delle vere e proprie erosioni. Nel caso di interessamento osseo si passa da una fase iniziale di "edema interosseo e/o intratrabecolare" fino alla "microfrattura da stress".

Nella eziopatogenesi di tali patologie da sovraccarico funzionale vanno considerate le cause responsabili di esse, strettamente correlate al gesto tecnico atletico e che sono l'intensità e la frequenza del microtrauma. Infatti perché si venga ad instaurare una patologia da sovraccarico funzionale il carico atletico deve essere particolarmente intenso ed il gesto atletico deve essere ripetuto numerose volte.

Si possono poi considerare alcune concause, raggruppabili in due categorie:

Intrinseche: difetti di assialità di un arto o un segmento scheletrico; dismetrie degli arti inferiori; squilibri muscolari fra i gruppi antagonisti; esecuzione di un gesto atletico non corretto sia dovuto all'inesperienza nelle prime fasi di allenamento che all'eccessiva estremizzazione del gesto atletico alla ricerca dei massimi risultati; l'età matura dell'atleta; la presenza di traumi pregressi.

Estrinseche: allenamento non corretto, materiali ed attrezzi non idonei.

Il primo sintomo di una patologia da sovraccarico è il dolo-

re, che talvolta compare a distanza di tempo da l'insorgenza del microtrauma stesso. Il dolore talvolta è presente anche a riposo.

Nei casi delle patologie tendinee l'accertamento diagnostico di elezione è l'ecografia. Nei casi delle lesioni cartilaginee l'accertamento diagnostico è la TAC e/o la Risonanza Magnetica. Nei casi di lesioni ossee la Risonanza Magnetica seguita da una scintigrafia trifasica con lettura tardiva.

La terapia è rivolta soprattutto alla messa a riposo del segmento interessato per un periodo prolungato, alla correzione posturale e/o del gesto atletico, ma si inserisce con ottimi risultati la laserterapia di potenza sia con Nd-Yag defocalizzato che con il più moderno FP3 System. Nei casi di microfratture ossee alla laserterapia di potenza va associata magnetoterapia con toroide a contatto.

Nel nostro sport le patologie da sovraccarico più frequenti sono:

- Tendinopatia di spalla
- Epicondiliti
- Epitrocleeite
- Edema interosseo e/o intratrabecolare in particolare dello stiloide ulnare e radiale
- Micro fratture da stress

Queste patologie sono diventate sempre più frequenti e purtroppo coinvolgono sempre più le età giovanili. Le attrezzature sempre più sofisticate e la ricerca sempre più esasperata di un gesto atletico vincente sono fra le cause dell'incremento così marcato di tali patologie. ■



Il dottor Francesco Parra è a disposizione dei lettori di "SuperTennis" e di tutti i tesserati della FIT per rispondere a specifici quesiti e ad argomenti di particolare interesse. Inviare le vostre e-mail a comunicazione@federtennis.it