

**3° CONVEGNO  
APPROCCI MULTIDISCIPLINARI IN MEDICINA  
DELLO SPORT  
PALERMO 20/01/2001**

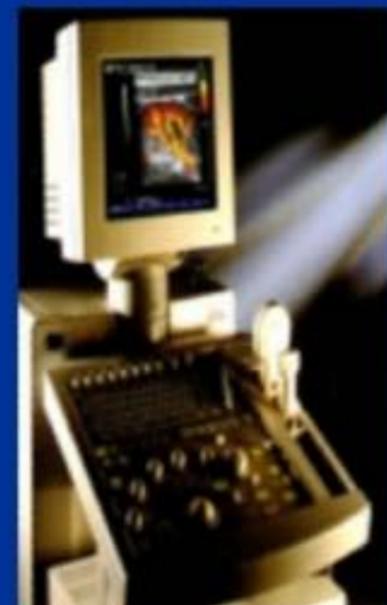
**LE LESIONI MUSCOLARI NELLO SPORTIVO**

**Dott. Roberto Mantia T.d.R. Fabrizio Mantia**

**Dott. A. Iovane**



**APPROCCIO CLINICO NELLE  
LESIONI MUSCOLARI**



**MECCANISMO D'AZIONE NELLE LESIONI MUSCOLARI**

- TRAUMI DIRETTI
- ECCESSIVA ELONGAZIONE DEL MUSCOLO
- ECCESSIVO CARICO FUNZIONALE E / O MUSCOLO CONTRATTO / O ACCORCIAMENTO

**CAUSE ACCESSORIE NELLE LESIONI MUSCOLARI**

- FATICA MUSCOLARE
- INADEQUATA PREPARAZIONE ALLO SFORZO FISICO

**SEDE ANATOMICA DELLA LESIONE**

- LESIONE DEL VENTRE MUSCOLARE
- LESIONE DELLA GIUNZIONE MIOTENDINEA

**MORFOLOGIA ED AMPIEZZA DELLA LESIONE MUSCOLARE**

- LESIONE PARCELLARE (di sotto di 1cm)
- LESIONE DA 1 A 3 CM
- LESIONE A TUTTO SPESORE OLTRE I 3 CM
- LESIONE OVALIFORME
- LESIONE LONGITUDINALE
- LESIONE TRASVERSALE
- LESIONE S ERPICOLOSA

**STADI CLINICI DELLE LESIONI MUSCOLARI**

- AFFATICAMENTO
- CONTRATTURA
- LESIONE DELLE MIORBRILLE (DISTRAZIONE)
- LESIONE DELLE MIORBRILLE CON INTERRUZIONE DEL PERMISSIO (STRAPPO- DI STACCO DEI CAPI MUSCOLARI)
- RECIDIVA DI LESIONE MUSCOLARE

**DIAGNOSI PRECOCE  
ECOGRAFICA**

**AFFATICAMENTO MUSCOLARE**

- ACCUMULO DI ACIDO LATTICO
- SEGNI CLINICI: FATICA, LIEVE DOLENZA

**CONTRATTURA DEL VENTRE MUSCOLARE**

- EDEMA
- ACCORCIAMENTO DELLE MIOFIBRILLE
- SEGNI CLINICI: DOLORE CON MINIMA LIMITAZIONE FUNZIONALE

**DISTRAZIONE MUSCOLARE**

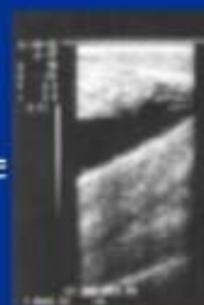
- INTERRUZIONE DELLE MIOFIBRILLE
- EDEMA
- SEGNI CLINICI: DOLORE ACUTO, VERSAMENTO EMATICO, LIMITAZIONE FUNZIONALE SUBTOTAL E, CONTRATTURA RIFLESSA DEL MUSCOLO

**STRAPPO MUSCOLARE A TUTTO SPESORE CON INTERRUZIONE MASSIMA DELLE MIOFIBRILLE**

- EDEMA IMPONENTE
- SEGNI CLINICI: DOLORE ACUTO, IMPOTENZA FUNZIONALE, RETRAZIONE DEI CAPI MUSCOLARI CON "SOLCO"

**RECIDIVA CLINICA DELLA LESIONE MUSCOLARE**

- INTERRUZIONE DEL DISEGNO DELLE MIOFIBRILLE A MONTE E A VALLE
- SEGNI CLINICI SOVRAPPONIBILI A QUELLI DELLO STRAPPO



**PROTOCOLLI  
RIABILITATIVI**

**PROGNOSI ECURA (prim e 36 ore) TERAPIA FISICA**

- BORSA DI GHIACCIO
- RIPOSO
- FANS
- IN ALCUNI CASI BENDAGGIO COMPRESSIVO

- LASERTERAPIA Nd - YAG
- LASERTERAPIA CO<sub>2</sub>
- IPERTERMIA
- ULTRASUONI
- IONOFORESIS



- 1° FASE**  
LAVORO IN PALESTRA
- 2° FASE**  
LAVORO IN PALESTRA E SUL CAMPO
- 3° FASE**  
LAVORO SUL CAMPO E FASE AVANZATA

CONDIZIONE **INDISPENSABILE** ALL'INIZIO DELL'ATTIVITA' E' LA **VALUTAZIONE MEDICA** SULLA AVVENUTA CICATRIZZAZIONE DELLA LESIONE

- 1° FASE**  
VERIFICARE LA POSTURA ED EVENTUALI SQUILIBRI DELLE CATENE MUSCOLARICHE PROVOCANO ECCESSIVE TENSIONI E POSSONO COSTITUIRE FATTORI PREDISPONENTI DI LESIONI MUSCOLARI



- INTERVENIRE MEDIANTE TECNICHE OSTEOPATICHE STRUTTURALI MIOTENSIVE COLONNA VERTEBRALE BACINO GINOCCHIO PIEDE



- ELASTICIZZAZIONE DELLA CICATRICE
- STRETCHING A INIZIO E FINE SEDUTA
- BIOFEEDBACK (VALUTAZIONE DEFICIT DI RECLUTAMENTO)
- ESERCIZI PROPRIOCETTIVI SEMPLICI ED AVANZATI
- CORSA SU TAPIS ROULANTES (da andature blande a veloci)
- ESERCIZI DI POTENZIAMENTO MUSCOLARE CON MACCHINE A RESISTENZA
- SKIP (base, med, alt) A VARIE ANDATURE E A RITMI COSTANTI E PROGRESSIVI
- STIMOLAZIONI ELETTRICHE CON MACCHINE COMPUTERIZZATE (COMPEX, ELITE, ...)
- MASSAGGIO TRASVERSALE PROFONDO

