

**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 MUSCOLO CONTRATTO E 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 SERPICOLOSA

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

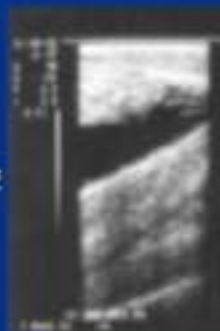
- INTERRUZIONE DELLE MIOFIBRILLE
- EDEMA
- SEGNI CLINICI: DOLORE ACUTO, VERSAMENTO EMATICO, LIMITAZIONE FUNZIONALE SUBTOTAL E, CONTRATTURA RIFLESSA DEL MUSCOLO

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 CO₂
- 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

