

N° 35
APRILE 2009

TC
TENNIS CLUB
PALERMO 2
MAGAZINE



NOTIZIARIO SOCIALE

IL SUPERPROCURATORE CON TOGA E RACCHETTA DA TENNIS



TENNIS

Roberta e Tathiana
dall'Australia agli Usa



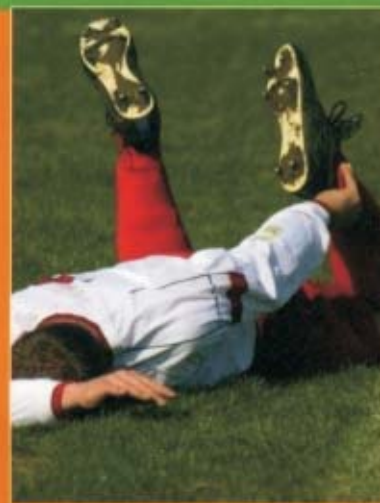
TENNIS

Giulia La Rocca vince
il "Trofeo Topolino"



VITA SOCIALE

Le "trofie di Annuzza"
vincono il Forchettone d'argento



SALUTE

L'importanza delle
onde d'urto



SALUTE

TENDINOPATIE E LESIONI TENDINEE L'IMPORTANZA DELLE ONDE D'URTO



Chi di noi nella pratica sportiva non ha mai sofferto di disturbi tendinei, che spesso limitano o a volte impediscono la pratica dello sport da noi preferito? L'insorgenza, infatti, di infiammazioni tendinee spesso si manifesta in maniera subdola, prima come un banale "dolorino", che poi diventa ingravescente col passare dei giorni, fino a causare limitazione funzionale e inabilità. A volte la patologia a carico dei tendini si rivela più complessa a causa di lesioni parziali o totali della struttura tendinea. A tal proposito è fondamentale una diagnosi corretta ed è opportuno avvalersi di una clinica affiancata da una diagnostica strumentale mirata, come l'ecografia muscolo tendinea, che è fondamentale per una corretta stadiazione della entità della patologia tendinea. Va ricordato che a differenza dei muscoli che sono ricchi di vasi sanguigni, i tendini sono poco vascolarizzati e pertanto eventuali lesioni guariscono molto lentamente. Varie possono essere le cause legate a una sofferenza tendinea: eventi traumatici; scompensi posturali; disturbi del metabolismo; abitudini scorrette; materiali non consoni (calzature, racchette,

indumenti, etc.); sovraccarico funzionale (over use); errori diagnostici e terapeutici. Negli ultimi anni la tecnologia ha messo a disposizione degli operatori del settore una strategia di cura molto innovativa con percentuali di successo elevate, come le onde d'urto. Si tratta di onde acustiche ad alta energia, caratterizzate da impulsi di intensità elevata, distanziati tra loro nel tempo, tali da non produrre alcun effetto termico.

Alla fine degli anni '80, l'approfondimento degli studi sulla metodica ha portato alla nascita di un nuovo campo d'applicazione, quello dell'ESWT, in altre parole dell'Extracorporeal Shock Wave Lithotripsy, che ha dimostrato la propria efficacia soprattutto in ambito osteoarticolare e muscolo-tendineo. Gli effetti biologici delle onde d'urto sono diversi a seconda del tessuto colpito, si va dall'azione antinfiammatoria a quella antalgica, all'azione osteoinduttiva. In particolare, nel tessuto osseo è stata osservata una reazione di tipo osteogenetico e una di tipo vascolare, mentre nei tessuti molli, oltre a una risposta vascolare, si verifica anche un effetto antinfiammatorio e antalgico. Le più frequenti pa-

tologie trattabili, in ambito ortopedico, sono: le tendinopatie, calcifiche e non, della spalla (periartriti); epicondiliti ed Epitrocleeiti (gomito del tennista); pubalgie (sindrome retto-adduttoria); tendinopatie del ginocchio; tendinopatie del tendine d'Achille; fasciti plantari (talloniti o speroni Calcaneari); esiti lesioni muscolari (sportivi); difetti di consolidazione o pseudoartrosi (fratture che non guariscono); algodistrofie e necrosi ossee (difetti vascolari dell'osso). Il numero di applicazioni varia da quattro a cinque sedute (una-due alla settimana), al termine delle quali vengono valutate le condizioni cliniche e strumentali della patologia tendinea trattata (non prima di circa venti giorni dalla fine della terapia). I risultati terapeutici sono molto incoraggianti con una percentuale di guarigione sia clinica che biologica del tendine superiore all'ottanta per cento. Guarigione clinica e soprattutto guarigione biologica vogliono dire ripresa completa dell'attività fisica praticata, senza rischio di recidive della patologia e quest'ultimo dato, come ben sappiamo, è quello più importante, sia per lo sportivo professionista, sia per quello amatoriale.