

M

MEDICINA
SPORTIVA

MARTIN CASTROGIOVANNI

«Un grande lavoro
per ridurre il rischio»

Martin Castrogiovanni, ex pilone della Nazionale di Rugby: «Nella mia carriera ho affrontato infortuni importanti e mi hanno insegnato che la prevenzione non è un

dettaglio, ma un vero e proprio metodo di lavoro: controlli periodici, forza specifica, gestione intelligente dei carichi e recupero serio. È questo approccio che riduce davvero il rischio, ti mantiene performante e ti permette di tornare in campo meglio di prima». La prevenzione è la nuova vera frontiera della scienza dello sport.

Tre atleti internazionali sono intervenuti al congresso 'UniCamillus' sulle nuove frontiere della Traumatologia legata allo sport

A confronto medici e fisioterapisti sulle metodologie da usare per non farsi male

Oltre 300mila infortuni e 15mila ricoveri «Serve prevenzione»



Gli incidenti sono temuti da ogni atleta professionista o agonista perché potrebbero segnare la fine della carriera. Per questo la prevenzione diventa di fondamentale importanza

di **Laura Bertarelli**

Ogni anno in Italia si registrano 300mila infortuni sportivi e oltre 15mila ricoveri. Le nuove frontiere della prevenzione sportiva sono state al centro del congresso 'Traumatologia dello sport - medici, atleti e riabilitatori a confronto' promosso dall'Università UniCamillus a Roma. L'evento ha rappresentato un'occasione unica per mettere a confronto medici, fisioterapisti e atleti di fama internazionale sulle più recenti novità in ambito di traumatologia sportiva.

«**Gli infortuni sportivi** costituiscono un fenomeno diffuso e con impatti significativi su atleti di ogni livello. Studi epidemiologici – ricordano dall'ateneo – evidenziano come quasi 4 atleti su 10 riportino almeno un infortunio in un anno, con distorsioni di caviglia e tensioni muscolari che col-



piscono ginocchio e spalla. Questi incidenti hanno effetti diretti sulla salute, sulle performance e generano costi economici rilevanti, limitando la partecipazione sportiva se non affrontati con strategie di prevenzione e terapia basate su evidenze scientifiche».

«**In Italia** si registrano circa 300mila infortuni sportivi l'anno, con 15mila ricoveri, soprattutto nei settori giovanili – illustra Matteo Guzzini, docente di Malattie dell'apparato locomotore all'Università UniCamillus e presidente del congresso –. Creare una cultura multidisciplinare con staff medico, fisioterapico e tecnico permette di prevenire e curare meglio i traumi, riducendo gli infortuni e favorendo un rapido ritorno in campo, sempre in sicurezza».

Sul palco del congresso, promosso dall'Università UniCamillus a Roma, ci sono state tre importanti testimonianze: Martin Castrogiovanni, icona del rugby internazionale; Caterina Banti, oro olimpico nella vela (Tokyo e Parigi 2024); Gloria Peritore, campionessa mondiale di kickboxing ed europea di pugilato.

«**Gli obiettivi di questo evento** sono aggiornare sullo stato dell'arte nel trattamento delle principali patologie della Traumatologia dello sport, dalle lesioni muscolari al ginocchio, alla mano, al polso, fino a gomito, spalla e caviglia, mettendo a confronto esperti, fisioterapisti e atleti campioni per fornire un punto di vista a 360 gradi centrato sulla salute dell'atleta – continua il docente dell'Università Matteo Guzzini –. Le procedure innovative spaziano dalla tecnica 'repair' per il lerativa e alle metodiche microchirurgiche e mini-invasive».

Gli incidenti sono temuti da ogni atleta, agonista e non, perché potrebbero segnare la fine della carriera. Per questo la prevenzione diventa di fondamentale importanza: un atleta spinge il suo corpo verso nuovi limiti, per questo non può scongiurare gli infortuni, ma può gestirli. Questo significa un lavoro costante di calcolo del rischio. Comporta anche di prestare maggiore attenzione, di essere seguiti e aiutati da più professionisti e applicare più costanza.

PISA

Tennis e padel Intesa tra Fitp e San Rossore Sport Village



Lavorare insieme a un programma condiviso di prevenzione, diagnosi e terapia degli infortuni sportivi nel tennis e nel padel. È l'obiettivo dell'intesa siglata a Pisa tra il presidente della Fitp, Angelo Binaghi, e da Andrea Madonna, presidente e Ceo di San Rossore Sport Village e Casa di cura San Rossore, che rende i due centri partner ufficiali della federazione e centri di riabilitazione sportiva della Fitp.

Il centro medico-sportivo Sport Village «è dotato di dispositivi progettati per la riabilitazione e il fitness medico, capace di integrare attività cardio, isotoniche e posturali offrendo valutazioni dettagliate sulla stabilità, sulla forza e sull'analisi del movimento e si combina con l'assistenza medico-specialistica assicurata dalla casa di cura, ospedale polispecialistico dotato di strumentazioni all'avanguardia e presso il quale collaborano alcuni tra i luminari mondiali della medicina e chirurgia sportiva».

Con questo accordo, ha spiegato Madonna, «le due strutture saranno a disposizione della Fitp per garantire un'assistenza medica e riabilitativa personalizzata ai suoi tesserati».

© RIPRODUZIONE RISERVATA

© RIPRODUZIONE RISERVATA