



Strategie per prevenire gli infortuni nel calcio

Il congresso Isokinetic 2013 di Londra si concentrerà su prevenzione e trattamento delle lesioni muscolari e tendinee nel calcio. Nel programma anche le indicazioni chirurgiche, le tecniche operatorie e la riabilitazione



► Stefano Della Villa

Il classico appuntamento con il congresso annuale di riabilitazione sportiva e traumatologia organizzato dal Centro Studi Isokinetic è in programma per il **20 e 21 aprile 2013** (www.footballmedicinestrategies.com). Come lo scorso anno, la rassegna scientifica si terrà all'estero, a **Londra**, all'interno del Queen Elizabeth II Conference Centre.

Il tema principale del congresso, ancora una volta incentrato sulle problematiche muscolo scheletriche del calciatore, sarà "Football medicine strategies for muscle and tendon injuries" e rappresenterà ancora una volta un importante momento di confronto tra tutti gli specialisti del settore, dagli ortopedici ai medici dello sport, dai preparatori atletici ai fisioterapisti. Dopo la scorsa edizione del congresso, interamente focalizzata sull'articolazione del ginocchio, ci si concentrerà quindi su tendini e muscoli. Il programma scientifico prosegue anche nella giornata del 22 aprile, questa volta all'interno degli spazi del nuovo stadio di Wembley, quando è prevista una sessio-

ne particolare, un summit che si occuperà di valutare con attenzione le strategie di prevenzione degli infortuni. In questa riunione numerosi esperti, attraverso presentazioni orali e sessioni pratiche, mostreranno i risultati del loro lavoro quotidiano sul campo, sia in ambito professionistico che amatoriale. Il punto di partenza della discussione sarà il cambiamento nel numero, nella modalità e nella tipologia degli infortuni nel calcio a seguito dei principali cambiamenti avvenuti in questi anni, almeno a livello professionistico: dall'aumentato numero di partite giocate al sempre più frequente ricorso a terreni in erba sintetica. *Tabloid di Ortopedia* ha intervistato il dottor **Stefano Della Villa**, presidente del congresso e di Isokinetic Medical Group, centro medico di eccellenza Fifa, una realtà sempre più diffusa sul territorio capace in questi anni di guadagnare la fiducia delle maggiori società sportive italiane, a partire da quelle calcistiche, che affidano alla competenza dei centri riabilitativi i propri atleti alle prese con infortuni più o meno gravi.



► Qui sopra il nuovo stadio Wembley di Londra, che ospiterà la sessione scientifica del 22 aprile sulla prevenzione degli infortuni nel calcio. Per partecipare al congresso è possibile registrarsi direttamente online al sito www.footballmedicinestrategies.com; per informazioni si può contattare telefonicamente la segreteria Isokinetic allo 051.2986814 o via email scrivendo a congressi@isokinetic.com

Dottor Della Villa, quali saranno gli argomenti più importanti trattati al congresso?

Quest'anno focalizzando la nostra attenzione solo su muscoli e tendini sarà possibile approfondire argomenti molto specifici, come il complesso legame tra guarigione biologica, fattori di crescita e stimoli meccanici. Altri argomenti che verranno affrontati durante la manifestazione scientifica sono i delicati rapporti che intercorrono tra le tecniche chirurgiche e i protocolli di riabilitazione, come avviene per gli atleti operati al tendine rotuleo o al tendine d'Achille, fino ad arrivare alle correlazioni cliniche tra pubalgia e conflitto femoro-acetabolare.

In quali sessioni il chirurgo ortopedico può trovare contenuti in grado di migliorare la sua pratica clinica?

Il panel internazionale e l'approccio multidisciplinare apportano tanti stimoli per l'ortopedico che intende sviluppare la propria carriera nella "sport medicine" e in particolare nel mondo del calcio. In ognuna delle sessioni, previste per i diversi distretti anatomici, sono sempre analizzate sia le indicazioni chirurgiche, sia le tecniche operatorie, sia le modalità di rientro allo sport agonistico.

Che tipo di aggiornamento fornirà il summit del 22 aprile? Come si svolgeranno le sessioni pratiche?

Aver aperto una nuova sede Isokinetic a Londra ci ha offerto l'opportunità di costruire negli anni un rapporto di stima con la Football Association, che ha sede all'interno dello stadio di Wembley. Da questa collaborazione è nato lo stimolo a portare la cultura medica del calcio anche nel mondo degli allenatori e dei preparatori atletici, che hanno la responsabilità finale di rimettere in campo gli atleti che noi medici operiamo e riabilitiamo. Le sessioni pratiche saranno tenute contemporaneamente su più campi sportivi, perché la nuova struttura di Wembley offre, a lato del cosiddetto "tempio del calcio", una location perfetta per questa iniziativa scientifica.

La medicina dello sport italiana può vantare livelli di eccellenza e gode di grande credito all'estero. In concreto però nel nostro paese trova difficoltà a svilupparsi sul territorio. Quali sono i motivi? Che ruolo ha la medicina dello sport all'estero?

La medicina dello sport italiana è vista con grande rispetto all'estero. Nel mondo si parla del modello italiano come di un esempio da seguire, soprattutto per la lunga esperienza nella prevenzione delle patologie cardiache attraverso il sistema di certificazione agonistica che abbiamo nel nostro paese. Ritengo invece che molto debba essere fatto per crescere nella componente

ortopedica e traumatologica della "sport medicine". La strada da seguire credo che dovrà essere aumentare il numero di strutture specializzate in tal senso, come avviene per esempio da tanti anni negli Stati Uniti.

Come conciliare la necessità di potenziare l'aspetto preventivo, a tutti i livelli, della medicina e le sempre più ridotte risorse economiche dei sistemi sanitari?

In un'ottica di medio e lungo termine la strategia di prevenzione non solo è vincente sul piano clinico, ma anche su quello finanziario. Per realizzare questo obiettivo nel breve termine è però necessario investire risorse in strutture e persone dedicate, una scelta che per essere efficace dovrebbe essere soprattutto politica: investire oggi per risparmiare domani, più facile dirlo che farlo...

Guardando al calcio di casa nostra, negli ultimi anni si può notare un forte squilibrio nel numero di infortuni muscolari tra le squadre. Napoli e Juventus hanno una bassa incidenza da almeno due anni, mentre nello stesso periodo Milan e Inter hanno avuto parecchi guai muscolari. La medicina dello sport può pog-

giarsi su solide evidenze scientifiche e prevenire gli infortuni o siamo ancora lontani da questo obiettivo?

Rispondere su situazioni specifiche come quelle delle squadre che ha citato non è possibile perché i dati raccolti dipendono da dinamiche che solo il medico di squadra può conoscere.

In generale però le evidenze scientifiche sono molto chiare: un semplice programma di prevenzione, come l'11+ proposto dalla Fifa, mostra una riduzione del 30% degli infortuni, come dimostrato in un ampio studio dai ricercatori dell'Oslo Trauma Centre. Risultati eccellenti che si possono ottenere con venti minuti di esercizi da ripetere con costanza, sul campo da calcio, tre volte alla settimana.

In Italia però è difficile implementare questi programmi perché per storiche abitudini alla maggioranza dei nostri atleti manca la costanza e la continuità necessarie. Si dovrebbe educare un sistema e partire dai settori giovanili.

Per chi volesse saperne di più il programma e gli studi a cui faccio riferimento si possono trovare nel sito www.fifa.com e saranno ampiamente descritti nel corso del prossimo congresso londinese.

Andrea Peren

I NUMERI DEL CALCIO DILETTANTISTICO IN ITALIA

In Italia solo la Lega nazionale dilettanti (Lnd) organizza qualcosa come 700.000 partite l'anno per le squadre maschili iscritte dal quinto livello del calcio italiano fino all'ultimo, i campionati femminili e le manifestazioni del beach soccer e del calcio a 5. Gestisce anche l'attività di settore giovanile e scolastico.

Con 70.000 squadre e 15.000 società, la Lnd rappresenta la più grande comunità sportiva in Italia.

Complessivamente i tesserati sono 1.500.000: 800.000 dai 5 ai 16 anni; 500.000 oltre i 16 anni; 200.000 tra dirigenti e tecnici.

