



Top Physio Network

Francesco Totti: il grande campione che non si arrende mai!

Dott. Brozzi, Totti è in forma, ogni giorno sempre di più. Lo staff tecnico-sanitario, questa volta alle prese con il legamento crociato, ha compiuto un altro prodigio! Che peso ha avuto per la ripresa agonistica del nostro Capitano? Il prodigio è prima di tutto Francesco! Non bisogna dimenticare che ha subito due grossi infortuni in soli due anni e nonostante abbia passato un periodo pesante, tra angosce e tensioni, ce l'ha di nuovo fatta. La passione gli ha

dato, e continua a dargli ancora, grinta e determinazione per superare mille ostacoli, per rientrare forte come prima e forse anche di più! Fortunatamente forza e tenacia sono state supportate, come al solito, dalla professionalità dell'equipe sanitaria: l'intervento chirurgico del professor Pier Paolo Mariani perfettamente riuscito; il protocollo riabilitativo, effettuato da Silio Musa con la collaborazione della Top Physio, nostro partner per la riabilitazione; la preparazione atletica, rigorosa ed equilibrata, curata da Vito Scala.

Quanto è importante un buon supporto fisioterapico per la performance di un giocatore? Il calcio è uno sport faticoso e i traumi sono molto frequenti, soprattutto per il contatto con il terreno, con il pallone o con l'avversario. Distorsioni e lesioni muscolari possono costringere all'immobilità e, spesso, possono portare in sala operatoria. La riabilitazione in campo con un fisioterapista che valuti attentamente i carichi di lavoro, una perfetta collaborazione tra il ruolo del medico sociale, specialista in medicina dello sport e il



Prof. Mario Brozzi
Medico Chirurgo Specialista
in Medicina dello Sport
Medico Sociale della AS Roma
Presidente del Centro di Etica dello Sport dell'Università di Tor Vergata



TOP PHYSIO
NETWORK
FISIOTERAPIA
RIABILITAZIONE
MEDICINA DELLO SPORT



fisioterapista sono tappe fondamentali per ottimizzare il recupero di un infortunio.

Totti e campioni a parte... Generalmente dopo aver subito un intervento al ginocchio, inizia il periodo di riabilitazione. Lei cosa ci consiglia?

Se parliamo di sportivi è consigliato affidarsi ad un centro specializzato in riabilitazione sportiva. Come negli ultimi anni è andata crescendo la figura dell'ortopedico dello sport, parallelamente si è sviluppato il settore della riabilitazione per lo sport. Una cosa è chiara: spesso non è sufficiente una singola figura in grado di gestire un atleta infortunato recuperandolo in breve tempo, sempre senza ostacolare i processi biologici della guarigione, per riportar-

lo al massimo della sua performance. La prima fase della riabilitazione dello sportivo, che potremmo chiamare classica, è quella che tutti erano abituati a gestire. Altrettanto importante è la seconda, in cui le persone fondamentali diventano il fisioterapista e il preparatore atletico, per far recuperare tutte le capacità e le tecniche più fini dell'atleta, oltre che la forza, la velocità, la resistenza e la potenza. Tutti questi sono fattori che devono essere allenati per essere recuperati ed è questo il motivo per cui dico che è necessario affidarsi alla professionalità di un preparatore atletico specifico.

E se parliamo di non atleti? Un non atleta può decidere quando operarsi, perché non ha l'esigenza di rientrare subito per ri-

prendere la sua attività sportiva. Si consiglia uno stop biologico per far decongestionare la parte lesa e poi si procede all'operazione. La base del tono muscolare da cui si parte è ovviamente diversa. Dopo la chirurgia è essenziale seguire un programma di riabilitazione mirato. Deve essere impostato e controllato periodicamente dal fisiatra, anche secondo le indicazioni del chirurgo ortopedico che, a loro volta, si avvalgono dell'ausilio dei fisioterapisti. La fase della riabilitazione è delicata perché il paziente deve eseguire una serie di esercizi per rinforzare la muscolatura, recuperare movimento e coordinazione, senza però provocare sovraccarichi. Fondamentale è affidarsi in mani esperte per riuscire a recuperare come prima del trauma o spesso anche meglio di prima, questo grazie ad un buon programma di allenamento. Normalmente il programma riabilitativo dura tre - quattro mesi. Successivamente è consigliabile continuare con esercizi per mantenere la tonicità muscolare e recuperare la coordinazione motoria.

IL MEDICO RISPONDE

linea diretta con specialisti in ortopedia • fisioterapia • reumatologia
medicina dello sport • radiologia • scienza dell'alimentazione

Scrivete a: info@topphysio.it



TOP PHYSIO
NETWORK
FISIOTERAPIA
RIABILITAZIONE
MEDICINA DELLO SPORT



PARTNER PER LA
RIABILITAZIONE
SPORTIVA
A.S. ROMA

Centri di Fisioterapia e Riabilitazione
Fleming - Balduina - Parioli - Flaminia - Le Rughe - Circolo Due Ponti - Pomezia
Servizio Clienti tel. **06 36302334**