



LA SCHERMA OLIMPICA

al Fatebenefratelli

Definita per antonomasia sport nobile, la scherma è la disciplina sportiva che ha portato più medaglie al nostro Paese durante competizioni ufficiali e vanta un numero di iscritti in continuo aumento, con picchi massimi durante l'anno olimpico, essendo tra le altre cose la più seguita durante questa importantissima manifestazione mondiale. Si suddivide in tre armi fioretto, spada e sciabola, ognuna con peculiarità diverse, ma con un obiettivo comune, toccare per primo il corpo dell'avversario aggiudicandosi la stoccata. E proprio per questo in pedana capita a volte di dover fare i conti con eventi traumatici che costringono lo schermidore a pause forzate.

Va detto che la scherma è una disciplina che sviluppa la coordinazione e la velocità di movimento, così come il carattere e le qualità psicologiche, tanto che se ne consente la pratica non agonistica già all'età di 5 - 6 anni, fino a raggiungere i 10 anni, dove l'atleta passa all'attività agonistica. Unico neo di questa disciplina completa è la sua asimmetria che può comportare "squilibri" all'apparato muscoloscheletrico; per questo motivo si associa una preparazione atletica che compensa e sollecita i distretti corporei meno utilizzati.

Negli atleti professionisti dobbiamo fare attenzione soprattutto a patologie croniche che insorgono per l'intensità di allenamento giornaliero e per gli impegni sportivi ravvicinati, resi ancora più difficoltosi dal jet leg, dalle condizioni climatiche, dallo stress psicofisico della stagione in corso; tendinopatie o contratture muscolari, sovraccarichi con dolore e flogosi nei distretti articolari come mano, polso, caviglia, ginocchio, spalla, anca, rachialgie a carico di tutta la colonna vertebrale. Risulta sicuramente fondamentale un intervento preventivo e conservativo, che scongiuri un intervento riabilitativo post infortunio, tanto da mettere a rischio una intera stagione.

Nei giovani atleti che cominciano un percorso a metà tra l'attività amatoriale e quella professionale (i cosiddetti campioni del domani), dobbiamo fare attenzione soprattutto a patologie acute: la voglia di mostrarsi, di verificare la propria bravura, di non rispettare i programmi di allenamento e preparazione per errori di valutazione, porta al rischio di lesioni muscolari, lesioni capsulo legamentose, traumi contusivi da impatto.



Fisioterapista Marina Mercanti, campione olimpico di scherma Enrico Berré, fisiatra Alessandro Pagliaccia.

In questo caso l'intervento è sicuramente volto a riabilitare l'atleta, cercando di riportarlo in tempi brevi alla ripresa dell'attività sportiva.

In quasi tredici anni di attività professionale, per il sottoscritto, come Responsabile dell'ambulatorio di Fisiatria e del centro di Medicina dello Sport presso l'Istituto san Giovanni di Dio "Fatebenefratelli" di Genzano di Roma, ho avuto il piacere di valutare lo stato di salute di diversi campioni olimpionici della nazionale italiana di scherma, atleti che poi hanno avuto attestati di stima verso l'Istituto per le cure ricevute.

La competenza e la professionalità del nostro reparto ha sicuramente il suo punto di forza nello staff sanitario, che può avvalersi delle figure professionali di fisioterapisti, preparatori atletici, osteopati, specialisti nell'idrokinesiterapia e di specialisti in Medicina dello Sport, Ortopedia, Cardiologia, Scienza della Nutrizione e Psicologia dello sport. Professionisti che possono rimettere in pedana i nostri schermidori olimpionici, grazie ad aree riabilitative attrezzate e ad apparecchiature medicali innovative.

Possiamo sicuramente definire l'Istituto san Giovanni di Dio un "piccolo Olimpo" tra i le dolci colline dei Castelli Romani. ●