

IL TEMPO



LESIONI DELLA MANO E DEL POLSO NELLO SPORTIVO

L'IMPORTANZA DELLA COLLABORAZIONE CON CENTRI SPECIALIZZATI

Atleta della Nazionale Italiana Judo, categoria dei meno 100 kg maschile, parte del corpo forestale dello Stato. Ha gareggiato ai mondiali e agli europei under 21, agli europei under 23, e in diverse gare di coppa del mondo, di cui detiene tre bronzi. Una brillante carriera, quella di Luca Ardizio, classe 1991, che nel 2015 ha rischiato di essere compromessa da un infortunio al polso, sottovalutato dallo stesso atleta e dallo staff medico della nazionale. "Durante l'Olimpic Training Camp in Austria sono caduto insieme al mio avversario che mi è venuto addosso", - racconta Ardizio -. "Un totale di oltre 200 kg sul mio polso, che ha ceduto. Ho continuato gli allenamenti ma, dopo un mese dall'incidente in una coppa del mondo, ho visto due avversari contro di me e mi sono spaventato dal dolore. Al centro di medicina dello sport di Paruzzaro (No) mi hanno informato che era presente una lesione del tendine e indirizzato subito dal professor Giorgio Pajardi". Presso il reparto di Chirurgia della Mano dell'ospedale San Giuseppe, Gruppo MultiMedica, Università di Milano, Ardizio è stato sottoposto a una serie di accertamenti diagnostici per arrivare a una soluzione in tempi brevi. "Luca si era rotto il legamento scafo-lunato del polso - spiega il professor Pajardi, direttore del reparto e consulente presso il Rome American Hospital di Roma - danneggiato ulteriormente dalla mancata diagnosi e dai continui sforzi a carico della lesione. Dopo meno di dieci giorni, lo abbiamo sottoposto a intervento mininvasivo in



artroscopia per poi procedere, in tempi celeri, con la riabilitazione. Subito dopo l'operazione abbiamo predisposto un tutore semi-rigido creato appositamente sul polso di Luca. Dopo una notte di osservazione in ospedale lo abbiamo dimesso e dopo 15 giorni è iniziata la fase di fisioterapia con il mio staff". Se non si fosse arrivati rapidamente alla soluzione, Ardizio avrebbe messo in atto dei meccanismi di compensazione trans-agonistici tramite l'utilizzo della muscolatura in grado di compromettere pesantemente l'estensione della mano. "Tornassi indietro non avrei mai sottovalutato la mia condizione - continua il judoka - consiglio di rivolgersi subito a uno specialista come il professor Pajardi anche se si è in un periodo impegnativo e di gare. Già dopo tre mesi dall'intervento, sono riuscito a tornare ad allenarmi e dopo quattro a gareggiare. Oggi sono come nuovo". Ancor più importante dell'operazione è la riabilitazione sia dal punto di vista tecnico che psicologico. È fondamentale un protocollo di gestione degli infortuni ben definito, dalla fase diagnostica a quella operatoria fino alla fondamentale riabilitazione. Una sinergia che può essere garantita solo dalla collaborazione tra allenatori, medici dello sport e centri specialistici d'eccellenza come, nel caso della mano, l'ospedale San Giuseppe di Milano o il Rome American Hospital di Roma, che possono offrire le proprie competenze specifiche sulla parte interessata dall'infortunio.

Roberta Maresci