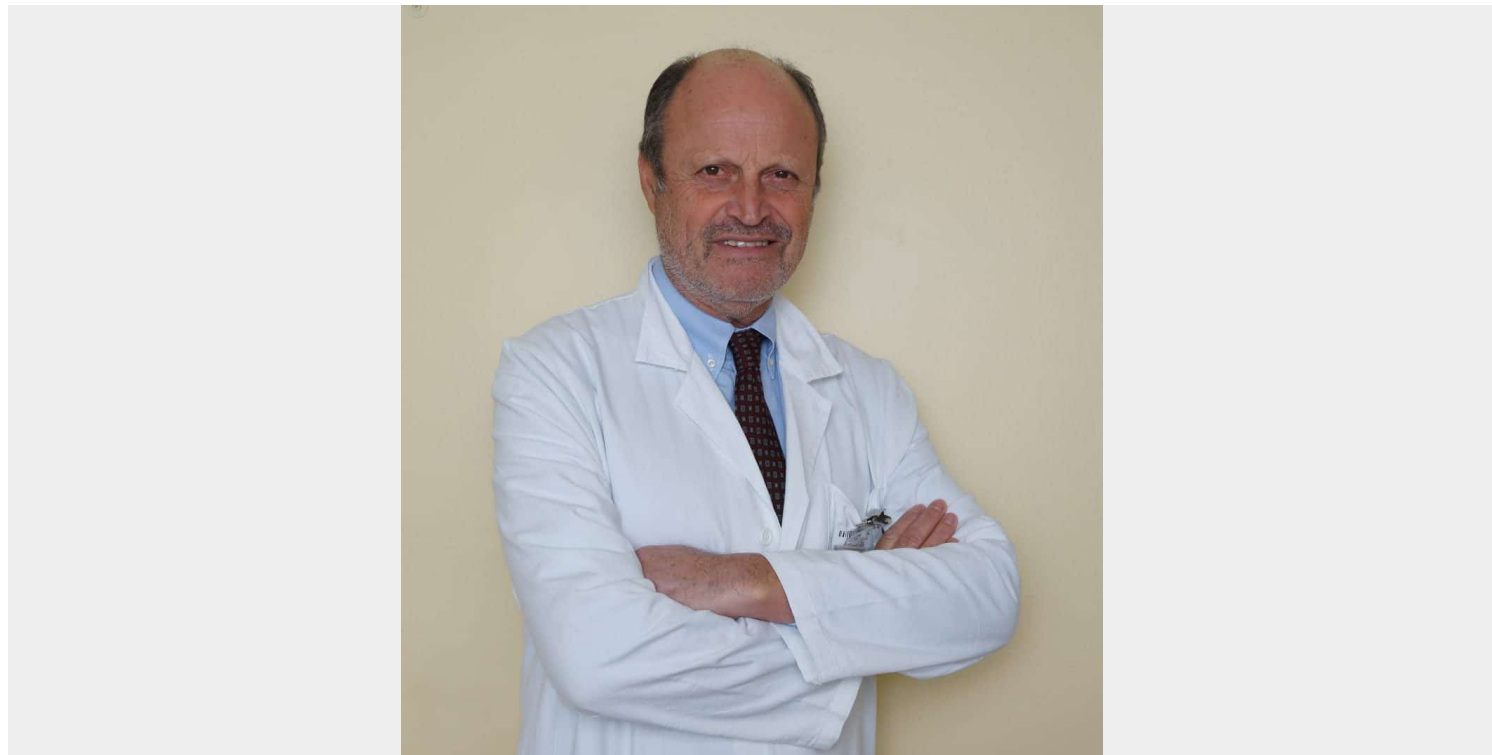


# INFORTUNIO BERRETTINI, LESIONE AI MUSCOLI OBLIQUI DELL'ADDOME SEMPRE PIU' FREQUENTE TRA I GIOCATORI DI TENNIS

*Pubblicato il 19 Novembre 2021 di redazione*



Categorie: [SALUTE](#), [SPORT](#)



## La lesione ai muscoli obliqui dell'addome sempre più frequente tra i giocatori di tennis

**Le lesioni della muscolatura del retto addominale sono classificate come infortunio frequente per i tennisti. Eppure grandi campioni del tennis hanno avuto problemi ai muscoli obliqui. Questo si spiega perché il gioco del tennis si è evoluto: il cambio di direzione della pallina è diventato sempre più importante e, per infliggere il movimento rotazionale con una maggiore potenza, sono necessari i muscoli obliqui dell'addome che quindi sono sempre più soggetti a infortunio. Lo spiega il dott. Arturo Guarino, Direttore della Traumatologia Sportiva dell'ASST Gaetano Pini-CTO di Milano**

Un dolore immediato, acuto, trafittivo e invalidante: è quanto percepisce chi subisce una lesione del muscolo obliquo dell'addome. Lo spiega il **dott. Arturo Guarino, Direttore della Traumatologia Sportiva dell'ASST Gaetano Pini-CTO di Milano** che aggiunge: *"A seconda dell'entità del danno, è possibile che compaiano anche degli spasmi muscolari, a seguito della lesione. Per cui il paziente si accorge immediatamente che qualcosa di grave è accaduto"*. Continuare a giocare, anche se il dolore è sopportabile o è sotto controllo con una terapia farmacologica, è fortemente sconsigliato: *"Solo il riposo può guarire"*, sottolinea l'esperto.

La **muscolatura dell'addome è fondamentale** nel corpo umano perché favorisce i movimenti del tronco, contribuisce al mantenimento della posizione eretta, stabilizza e sostiene la colonna vertebrale, coadiuva il movimento, oltre a costituire la muscolatura accessoria per la respirazione ed è importante per il meccanismo del sollevamento carichi. I muscoli dell'addome sono: il trasverso; il retto; il piramidale; obliqui interni ed esterni. *"Di solito gli infortuni ai muscoli obliqui sono caratteristici dei calciatori; invece la letteratura scientifica evidenzia maggiormente lesioni del retto addominale tra i tennisti. Eppure i grandi campioni hanno problemi agli obliqui. Questo si spiega perché **l'evoluzione del gesto è sempre più alla ricerca di una precoce anticipazione dell'impatto della racchetta sulla pallina**, imponendo una rotazione massima del tronco, a bacino pressoché fermo e tale esasperazione è resa possibile solo grazie al reclutamento oltre misura degli obliqui, che possono andare incontro a banale dolenzia da overuse fino a vere e proprie lacerazioni"*.

Per la diagnosi ci si avvale in prima istanza dell'ecografia, ma il gold standard per valutare il danno, specifica l'esperto, è la **risonanza magnetica**. *"A seconda della gravità dell'infortunio, è presumibile un periodo di **riposo assoluto dalle 2 alle 5 settimane**. La cicatrizzazione della lesione infatti ha dei tempi biologici che prescindono dall'essere più o meno uno sportivo"*, dice il dott. Guarino. Ma per gli atleti, molto più che per chi non pratica sport, è fondamentale la riabilitazione: *"La ripresa della motricità varia in base alla sintomatologia del paziente. Consiglio di iniziare il percorso di **riabilitazione in acqua**,*

*così come avviene all'ASST Gaetano Pini-CTO che è dotata di vasche riabilitative sia al Presidio CTO sia al Polo riabilitativo Fanny Finzi Ottolenghi. Questo perché in acqua si perde il carico gravitativo ed è possibile eseguire movimenti più dolci. Il percorso si intensifica sulla base della risposta algica del paziente ed è possibile aggiungere delle terapie a scopo antalgico, come la tecarterapia, fino ad arrivare a una ripresa funzionale, mediamente **non prima di due mesi dall'infortunio**".*

Il riposo del paziente, specifica il dott. Guarino, è importante, soprattutto perché, quant'anche siano rispettate le indicazioni del medico, la muscolatura addominale viene comunque sollecitata: *"Un esempio sono gli starnuti che a volte provocano dei movimenti bruschi oppure se il paziente soffre di stipsi è necessario affiancare un'alimentazione ricca di fibre e liquidi che aiutino il paziente a utilizzare il meno possibile la parte addominale"*. L'**intervento chirurgico**, invece, in caso di lesione dei muscoli addominali **è molto raro**: si opera solo se la lacerazione è in corrispondenza dell'area inserzionale per cui si procede con la resezione.

Per monitorare l'evoluzione riparativa della lesione è importante tenere sotto controllo i sintomi e il follow-up. *"È fondamentale sottolineare che nelle lesioni, le 'nuove' fibre che si formano non sono naturali ma fibro-cicatrizzali, questo significa che hanno **un coefficiente di elasticità minore**. Per gli atleti, specialmente per chi gioca ad alti livelli, sono fondamentali gli esercizi di riscaldamento, allungamento e stretching. Al giocatore amatoriale che ha sofferto lo stesso danno consiglio di riprendere a giocare solo quando la sintomatologia, anche minimamente fastidiosa, si sia completamente annullata e non prima di un percorso riabilitativo dolce e gradualmente intensificato"*.

\*\*\*\*\*

**L'Azienda Socio Sanitaria Territoriale Gaetano Pini-CTO**, punto di riferimento per l'ortopedia, la riabilitazione specialistica, la reumatologia e la neurologia, a livello nazionale, comprende a Milano tre presidi ospedalieri: il Gaetano Pini, il CTO e il Polo Riabilitativo Fanny Finzi Ottolenghi. L'ASST Gaetano Pini-CTO - evoluzione della Scuola Ortopedica milanese nata nel 1874 - è specializzata in patologie e traumi dell'apparato muscolo-scheletrico, reumatologia e fisioterapia. L'Azienda accoglie ogni anno più di 800mila utenti e i suoi specialisti lavorano con le più sofisticate tecniche di imaging, attraverso sale operatorie sia convenzionali sia dotate delle ultime tecnologie. L'ASST Gaetano Pini-CTO è centro erogatore per la presa in carico dei pazienti cronici nell'ambito delle patologie reumatologiche e della Malattia di Parkinson.

