

salute.gazzetta.it

Scherma e infortuni: la laserterapia valido aiuto anche per gli olimpionici

Lucia Resta

7-9 minuti

Il Dottore Antonio Fiore della FIS ci spiega come la laserterapia si rivela spesso decisiva nell'aiutare gli atleti a superare degli infortuni anche durante competizioni importanti come le Olimpiadi

La **scherma** è un fiore all'occhiello dello sport italiano e ce ne rendiamo conto soprattutto durante le Olimpiadi, quando tutto il mondo si ferma per dare finalmente attenzione anche a discipline considerate meno "mediatiche". I nostri atleti si fanno valere non solo ai Giochi, ma anche a tutte le altre competizioni internazionali, dai Mondiali agli Europei, facendo incetta di medaglie e spesso dominando il medagliere. Questo avviene soprattutto perché in Italia abbiamo alcuni dei migliori maestri a livello internazionale, basti pensare a quanti campioni e campionesse ha sfornato la scuola di Jesi e negli ultimi anni anche altre regioni, come il Lazio e la Toscana, possono vantarsi di aver tirato su alcuni dei migliori schermidori e delle migliori schermitrici al mondo. Attualmente ci sono circa 20mila tesserati e oltre 300 società affiliate alle FIS. Alle gare annuali dalle categorie Under 14 ai Master (con categorie che arrivano

fino agli over 70) si contano circa 35mila partecipanti. Olimpiadi e Paralimpiadi, poi, danno una forte spinta e fanno avvicinare sempre più persone alla scherma, uno **sport adatto a tutte le età**. Ma non dobbiamo mai dimenticare che, oltre ai maestri e ai campioni, contano anche **il lavoro della Federazione e lo staff e gli strumenti** che essa mette a disposizione degli atleti.

La laserterapia, grande alleata contro gli infortuni

In particolare la FIS, Federazione Italiana Scherma, in campo medico già da molti anni (dal 2009) ha avviato una collaborazione con **ASA laser**, un'azienda che fornisce soluzioni terapeutiche come Hilterapia® e Laserterapia MLS® che consentono di aiutare gli atleti a prepararsi al meglio alle competizioni e a [recuperare in fretta](#) durante le gare. Per capire meglio come vengono affrontato gli infortuni degli schermidori, abbiamo fatto qualche domanda al [Dottore Antonio Fiore](#), Presidente della Commissione Medica della Federazione Italiana Scherma e appena rieletto Presidente della Commissione Medica della Federazione Internazionale di Scherma.

Dottor Fiore, quali sono gli infortuni più frequenti tra gli schermidori?

“Decisamente le lesioni muscolari acute degli arti inferiori (in particolare, il muscolo gemello mediale del polpaccio e i muscoli flessori della gamba) e le patologie croniche da sovraccarico funzionale, con particolare riferimento alle tendinopatie inserzionali. Il tendine rotuleo e il tendine d’Achille. ad esempio, sono particolarmente sollecitati nella scherma e, quindi, spesso

vanno incontro a processi infiammatori. Non mancano anche tendinopatie della mano e del gomito, però, che sono anch'esse abbastanza frequenti nella pratica schermistica”.

A cosa serve la laserterapia e quando entra in scena?

“La laserterapia viene utilizzata soprattutto nelle **patologie infiammatorie superficiali** (ad esempio, alcune lesioni muscolo-tendinee e legamentose oppure, in senso lato, le tendinopatie inserzionali del gomito, della mano o del ginocchio). Si tratta di una modalità di trattamento, infatti, che non è in grado di agire in profondità e quindi non ha una specifica indicazione sulle patologie articolari profonde del ginocchio e della spalla, come determinate lesioni capsulo-legamentose o tendinee. In parole povere, non avrebbe senso trattare la lesione di un legamento crociato con la laser terapia. L'azione del laser è sui processi infiammatori locali (mediante uno stimolo alla microcircolazione, che favorisce il riassorbimento dell'edema) ma anche in parte sulle terminazioni dolorifiche superficiali”.

Quali sono i vantaggi della laserterapia e quali gli eventuali effetti collaterali o aspetti negativi?

“I vantaggi consistono in un'efficace azione antinfiammatoria, antidolorifica e rigenerativa sui tessuti. Se usata seguendo le corrette indicazioni e modalità di somministrazione, la laserterapia non ha particolari effetti collaterali né tantomeno negativi”.

Alla laserterapia possono ricorrere atleti di tutte le età?

“Decisamente sì. L'età in linea di massima non ha alcun rilievo nella scelta di questo tipo di trattamento”

In quali altri campi può essere applicata la laserterapia?

“La laserterapia può essere utilizzata su tutte le patologie infiammatorie acute e croniche, a condizione che siano localizzate abbastanza superficialmente (non più di 5 mm dal piano cutaneo): quindi, anche **su non sportivi**, quando ci sono le corrette indicazioni. Negli scorsi anni sono stato anche il medico sociale della **squadra di basket di serie A di Roma** e anche nell’ambito di uno sport così diverso dalla scherma ho utilizzato in modo continuativo la laserterapia”.

La FIS è un passo avanti quando si tratta di adottare strumentazioni terapeutiche come la laserterapia per i suoi atleti...

“Molti atleti della scherma hanno usufruito negli anni di questo tipo di trattamento perché purtroppo gli atleti professionisti vanno incontro con una certa frequenza a condizioni infiammatorie da sovraccarico funzionale, in relazione agli elevati carichi di lavoro e alla necessità di allenamenti sempre più intensi. La FIS dispone di un’apparecchiatura per laserterapia in tutti gli allenamenti delle squadre nazionali ma, soprattutto, nel corso delle più importanti gare. Spesso, nel corso delle grandi competizioni internazionali, **è capitato allo staff medico della FIS di trattare atleti stranieri sprovvisti di questo tipo di strumentazione terapeutica** (a dire il vero, poche nazioni sono organizzate come la nostra, sotto questo profilo), con grande efficacia e, comprensibilmente, con grandi attestazioni di riconoscenza. Per quanto riguarda aneddoti particolari, non potendo entrare nella privacy dei nostri atleti mi piace ricordare come in diverse edizioni dei **Giochi Olimpici, in particolare dal 2008 a oggi**, l’efficienza dello staff medico della FIS, che ha usufruito in molti casi anche dell’ausilio del laser, è stato determinante nella soluzione rapida di infortuni e dolori riguardanti **atleti che poi sono andati a medaglia o**

addirittura hanno vinto l'oro: queste sono esattamente le soddisfazioni alla base delle motivazioni professionali di qualunque medico dello sport o fisioterapista che operi nel campo della tutela della salute degli atleti di alto livello”.