

LA POSTURA

Dolori lombari, dorsali, cervicali, dolori agli arti inferiori, superiori, dolori durante attività fisica e/o sport, dolori anche a riposo, difficoltà di equilibrio, non sempre sono dovuti a patologie specifiche e/o traumatiche ma il più delle volte sono dovute ad alterazioni posturali.

Alterazioni dunque di quell'equilibrio armonico statico e dinamico che le nostre strutture rigide (ossa) e quelle mobili (articolazioni) con l'aiuto dei muscoli, dei tendini, del sistema nervoso periferico e centrale condizionano sia nel movimento autonomo come ad es. il camminare sia in quello più fine ove il nostro cervello controlla attivamente ogni sequenza

L'ottimizzazione del sistema di interazione fra soggetto e ambiente può essere controllata, modificata o adattata tramite valutazioni complessive del nostro corpo che si definiscono "visita posturale".

Il Centro di Medicina dello Sport di Ravenna "Olympus", convenzionato con La Federazione Medico Sportiva Italiana, struttura di eccellenza nella riabilitazione in Medicina dello Sport, ha inserito al suo interno un'unità funzionale di posturologia formata da uno Specialista in Medicina dello Sport, un'Optometrista, dei Fisioterapisti e delle collaborazioni esterne con Odontoiatri e altri specialisti del settore per un approccio a 360° del problema.

Quante volte si sente dire "mi faccio sempre male alla stessa gamba" o "mi continua il dolore tutte le volte che riprendo a muovermi" o "questa tallonite continua a darmi fastidio anche se non faccio nulla"?

La nostra esperienza deriva dallo sport dove cominciamo a notare che, sotto sforzo, alcuni movimenti sbagliati o un arto solo lievemente più corto o un appoggio plantare inadeguato portavano a dolori che pregiudicavano sensibilmente le prestazioni o che una cicatrice conseguente ad un intervento chirurgico modificava il sistema movimento alterando l'equilibrio fra muscoli agonisti ed antagonisti.

Lentamente i principi delle valutazioni posturali sono stati applicati alle persone che normalmente fanno attività fisica o che avvertono dolore pur non facendo nulla, fino ai soggetti che vengono definiti distratti perché urtano sempre lo stesso gomito o spalla o mano.

Le attrezzature messe disposizione ci permettono di fare valutazioni precise e ripetibili nel tempo controllando con sequenza regolare il miglioramento. Tutto ciò con soddisfazione sia del paziente che dei tecnici che lo seguono passo dopo passo.

Le valutazioni comprendono un esame clinico generale ove il corpo viene esaminato nelle tre dimensioni, viene ricercata la causa del dolore e se ne indicano le soluzioni possibili,



Palestra Centro Medico Olympus

soluzioni che possono essere individuate nella fisioterapia con macchine all'avanguardia, o nella riabilitazione dello specifico problema o, più in generale, nella riabilitazione di riprogrammazione posturale globale che riguarda un'attività muscolare ed articolare in rapporto alle risposte fisiche soggettive fino alla riabilitazione in acqua. Altre soluzioni possono essere indicate nel controllo odontoiatrico che si occupa del problema stomatognatico e controlla il movimento mandibolare, le eventuali discinesie, il bruxismo e l'occlusione dentale o indicate dall'Optometrista che valuta le alterazioni muscolari degli occhi che portano saltuariamente ad alterazione di convergenza, divergenza esoforia, exoforia e possono essere necessari ulte-

riori studi con attrezzature specifiche per inquadrare il problema e riabilitare con sistemi di autocontrollo visivo.

*Dr. Lorenzo Baldini
Medico dello Sport
Centro Medico Olympus
Ravenna*



*Reception
Centro Medico Olympus*



Direttore Sanitario: dr. Pier Luigi Fiorella
*Specialista in Medicina
dello Sport e Cardiologia*

Via Lago di Como, 25 - 48100 Ravenna
Tel. 0544 456766 - Fax 0544 451019

e-mail: olympus@olympus.ra.it • www.olympus.ra.it