

Una nuova macchina contro il mal di schiena

Obiettivo Salute

LA PRESENTAZIONE

del giornalista medico-scientifico Fabrizio Scoccia.

Nell'ambito del Centro di Riabilitazione delle Terme S. Lucia di Tolentino, per qualificare ulteriormente l'attività del reparto, si è ritenuto necessario proseguire con investimenti mirati a potenziare l'attività curativa per il "mal di schiena". Un ulteriore impegno della ASSM di Tolentino a favore del ramo della sua attività dedicato alla prevenzione della salute dei cittadini.

L'ARGOMENTO

I dolori alla colonna vertebrale sono un disturbo frequente perché la schiena, lavorando continuamente durante tutto il corso della nostra vita sviluppa patologie.

Il più noto dei mal di schiena è il famoso "colpo della strega" che arriva intenso ed improvviso nella parte inferiore mentre si sta spostando un peso. Poiché il peso del corpo si scarica soprattutto sulla zona lombare, lo stato di sofferenza ed i dolori che ne derivano vengono definiti "Lombalgia".

Circa il 60-80% della popolazione soffre di problemi temporanei associati alla colonna vertebrale, mentre il 20-30% ne soffre cronicamente.

Quasi tutti i pazienti col mal di schiena hanno dimostrato di avere dei muscoli estensori della colonna vertebrale (zona lombare) più deboli rispetto alle persone senza problemi di schiena.

I muscoli estensori lombari



Il giocatore Paparoni e mister Giuliani della Lube Banca Marche che si sottopongono al trattamento contro il mal di schiena

sono i principali responsabili della stabilità della colonna vertebrale.

Per assicurare un rafforzamento di questi gruppi muscolari, il bacino deve essere completamente stabilizzato. In questo modo, glutei ed adduttori, i muscoli più forti vengono eliminati dalla catena del movimento. Il blocco del

bacino permette un controllo efficace e anche un ri-coordinamento di questo gruppo muscolare.

A tal fine esiste da alcuni anni negli Stati Uniti ed ora anche in Europa (Germania) un'apparecchiatura della ditta Delphex, che va ad agire sui muscoli estensori lombari.

Tale apparecchiatura ha al-

cuni elementi significativi:

- 1) Il movimento di carico o "Curva di Forza" del muscolo è calcolata in modo preciso. Il muscolo resta al di sopra della soglia di tensione durante l'intero movimento, dal massimo allungamento al completamento della contrazione. Questo

previene e corregge gli squilibri intramuscolari.

- 2) Viene eseguito un movimento bidimensionale. Movimenti "sbagliati" sono quasi impossibili e quindi il rischio di lesioni è vicino allo zero.
- 3) L'isolamento dei muscoli mirati si realizza attraverso l'imbottitura,

dei supporti e la struttura stessa della macchina.

- 4) Allenarsi sulla macchina non richiede alcun coordinamento. Il movimento non deve essere "appreso" permettendo al paziente di essere "produttivo" fin dall'inizio.

- 5) I progressi compiuti nell'allenamento con la macchina rappresenta un puro guadagno di forza, non un mix di forza e coordinazione.

Lo scopo della terapia con tale macchinario è quindi quello di ripristinare la funzione della colonna vertebrale nelle aree di forza, agilità e resistenza.

Il Centro di Riabilitazione delle Terme di S. Lucia di Tolentino è il primo Centro in Italia in cui è presente tale apparecchiatura.

Gli Atleti della Lube Volley Treia, Campioni d'Italia della Pallavolo stanno già utilizzando tale apparecchiatura riscontrando notevoli miglioramenti nel potenziamento dei muscoli estensori lombari.

L'INTERVISTA

Il dottor Danilo Compagnucci, medico dello sport, responsabile del centro di medicina dello sport delle Terme S. Lucia e medico sociale della Lube Banca Marche Volley, ha voluto questo nuovo ritrovato della tecnologia nel poliambulatorio delle Terme S. Lucia.

Perché dr. Compagnucci?

Il mal di schiena è una sintomatologia fastidiosa e spesso invalidante che può derivare da più cau-



Dott. Danilo Compagnucci
Direttore delle Terme S. Lucia

se: dalle malformazioni della colonna vertebrale congenite ed evolutive come scoliosi e lordosi fino a quelle acquisite come spondilolistesi, lo scivolamento delle vertebre fino all'annullamento dell'ammortamento dei dischi vertebrali, alla spondilolisi, la degenerazione degli elementi anatomici sporgenti delle vertebre. La postura abnorme continuativa è un altro elemento da tenere in conto come anche la conformazione della spalla. Numerose possibili cause che

determinano il mal di schiena; l'osservazione statistica ci dice che quasi il 90% delle persone adulte hanno episodi o situazioni croniche di mal di schiena. Cercare un rimedio, un metodo che possa essere valido per risolvere questo problema era sicuramente negli obiettivi di chi da sempre si occupa di terapia del dolore e riabilitazione.

Come siete arrivati all'acquisizione della macchina ora a disposizione dei pazienti con questa sintomatologia?

La letteratura del settore già da tempo segnalava studi in questo senso. Il mal di schiena ha afflitto poi un giocatore della Lube Banca Marche con menomazione nelle sue prestazioni di atleta. Noi, dello staf medico della squadra, abbiamo condotto una ricerca per poter risolvere al meglio questo problema. Quando abbiamo saputo che negli Stati Uniti era stata realizzata una macchina per eliminare o attutire la sintomatologia

dolorosa della schiena, dopo aver verificato l'attendibilità scientifica e controllato i risultati, vi abbiamo inviato il giocatore che, dopo un periodo di trattamento, ha avuto ottimi benefici. Avendo avuto questo esempio eclatante e da noi stessi direttamente osservato, abbiamo proceduto all'acquisto della macchina, certi di fornire al territorio un ulteriore moderno mezzo a tutela della salute dei cittadini. »