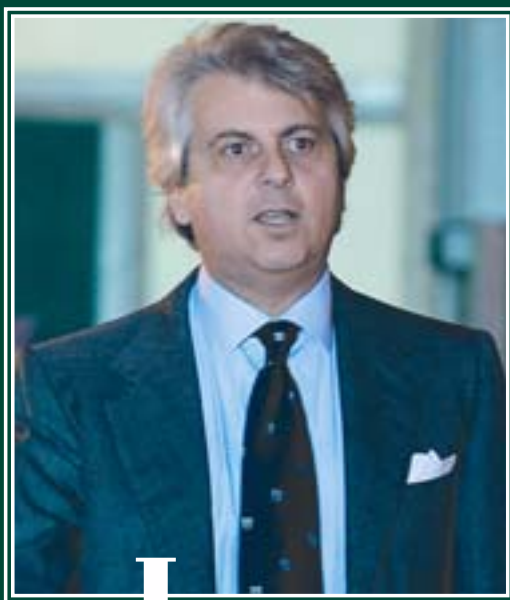


Il prof. Mario Morbidi vive ed opera a Roma. Il suo percorso formativo e professionale lo ha visto impegnato in importanti Centri di chirurgia ortopedica italiani ed esteri. Negli anni Ottanta è stato iniziatore della chirurgia artroscopica nel nostro Paese. Ha maturato una vasta esperienza nella traumatologia con le osteosintesi di fratture articolari e non; nella chirurgia protesica dell'anca e del ginocchio; nella ricostruzione di lesioni capsulo-legamentose della spalla, del ginocchio e della caviglia; nella chirurgia ortopedico-traumatologica della mano e del piede e, ovviamente, nella chirurgia artroscopica dei vari distretti articolari.



L'IDRO TERAPIA

Prof. Morbidi, può parlarci dell'idroterapia?

L'idroterapia utilizza l'acqua per curare numerosi disturbi, alleviare il dolore, indurre uno stato di rilassamento e mantenere un generale benessere fisico. L'acqua, infatti, possiede una serie di proprietà chimico-fisiche che ne fanno lo strumento più efficace all'applicazione di stimoli termici e meccanici. Già nell'antichità gli egizi, i greci ed i romani hanno sempre utilizzato l'acqua non solo per le cure igieniche o per rilassarsi, ma anche per le sue qualità curative. Successivamente, nel 1800 si deve all'abate Kneipp il primo centro idroterapico in Inghilterra, in cui la "disintossicazione del corpo" prevedeva bagni caldi e freddi, esercizi fisici da svolgere in acqua, impacchi, e un regime dietetico appropriato. Negli ultimi anni, infine, l'idroterapia ha raggiunto una posizione di rilievo sia in campo terapeutico che riabilitativo.

Quali sono i campi di applicazione?

Le particolari caratteristiche dell'ambiente acqua fanno sì che l'idrokinesiterapia non abbia particolari limitazioni d'impiego, spaziando dalle patologie neurologiche a quelle ortopedico-traumatologiche con ottimi risultati. Una delle peculiarità della riabilitazione in acqua è quella di fornire al paziente una discreta autonomia di movimento, coinvolgendo il corpo nella sua globalità e generando rilassamento e benessere sin dalle prime sedute.

Sono facilitati anche i tempi di recupero?

L'idrokinesiterapia permette anche di anticipare di molto i tempi di recupero della fisioterapia tradizionale, sfruttando l'effetto del galleggiamento per favorire i movimenti articolari senza carico. In questo

Anche quest'anno continua la collaborazione tra Tennis Oggi e il prof. Mario Morbidi, chirurgo ortopedico, docente di traumatologia presso la Scuola di Specializzazione in Chirurgia Generale dell'Università La Sapienza di Roma (www.mariomorbidi.com). Il prof. Morbidi risponderà direttamente ai quesiti che gli saranno proposti dai lettori in merito alle patologie che possono interessare uno sportivo.

Intervista di MICHELA ROSSI

modo il paziente raggiungerà precocemente una certa capacità di movimento che lo spronerà a proseguire la rieducazione con maggiore entusiasmo. L'effetto del galleggiamento prodotto sul corpo dalla spinta idrostatica elimina il 60-90% del peso corporeo a seconda della massa del soggetto e del livello di immersione, permettendo l'esecuzione di movimenti in modo più facile e fluido. Si riducono così gli inconvenienti che possono verificarsi nella fisiokinesiterapia tradizionale come microtraumi, infiammazioni, versamenti articolari, dolore e affaticamento, che spesso causano l'interruzione momentanea del recupero. Ciò è particolarmente valido nella riabilitazione post-operatoria, ad esempio di una ricostruzione della cuffia degli extrarotatori o di una plastica capsulo-legamentosa del ginocchio. Inoltre, la pressione idrostatica migliora la circolazione superficiale e profonda favorendo il riassorbimento di liquidi interstiziali, di edemi e di versamenti articolari.

L'idroterapia è applicabile a tutti?

Una seduta di idroterapia può essere consigliata praticamente a tutti, anche a coloro che cercano solo relax e benessere per il proprio fisico. Il rilassamento muscolare prodotto dall'idromassaggio e il calore dell'acqua provocano riduzione della pressione e aumento del flusso sanguigno, che comporta un miglioramento del metabolismo delle cellule del corpo apportando ossigeno e nutrimento e rimuovendo anidride carbonica e acido lattico. Altri importanti cambiamenti fisiologici sono il costante rilascio di endorfine (antidolorifici naturali) e di noradrenalina, che combatte la spirale dello stress causato dall'adrenalina.