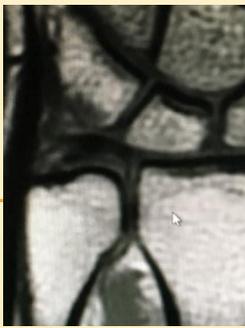


PATOLOGIA ULNO-CARPALE E GESTO TENNISTICO

Simone Cigni, chirurgo ortopedico, Ospedale S. Paolo, Polo Universitario, Milano
Rodolfo Lisi, posturologo, Roma



- ❑ Agonismo: esasperazione del gesto ➡ sovraccarico
- ❑ Diverse tecniche di impugnatura
- ❑ Ampio spettro di lesività ulno-carpale: processi traumatici, flogistici, degenerativi, algodistrofici



- ✗ Tennis, golf, baseball, hockey, bowling, canottaggio
- ✗ Non serve un amplissimo r.o.m. per giocare ma è fondamentale la dinamica del gesto e la sua impostazione in base alla biomeccanica

Movimenti a rischio

- ✗ Servizio: slice (impressione di spin equatoriale) con estrema prono-supinazione nella parte finale
- ✗ Servizio: impostazione della parte iniziale (tensione predinamica delle strutture ulnari)
- ✗ Rovescio: bimane con polso non dominante ulnarizzato ed impatto con busto frontale sulla palla
- ✗ Diritto: in presa western o western spinta (maggior spin); chiusura del gesto da radiale ad ulnare
- ✗ Smash
- ✗ Impatto con la palla a polso pronato
- ✗ Impugnatura uguale per diritto e rovescio (grave errore tecnico) o in eccessiva pronazione

- ✗ Molte lesioni da errata impostazione del training (target, tecnica dell'impugnatura, piano di lavoro)
- ✗ Spesso lesioni concomitanti (TFCC, pavimento 6° comparto, EUC, LCU, cartilagine)
- ✗ Lesioni piuttosto comuni che spesso causano riduzione o blocco temporaneo dell'agonismo
- ✗ Overuse o errore di impostazione della tecnica



- ✘ Controllo e immediata correzione del gesto
- ✘ Customizzazione del gesto vs atleta ed attrezzo
- ✘ Target e gestione del training
- ✘ Costante controllo clinico
- ✘ Idealmente necessità di un team pluridisciplinare
- ✘ Minimizzare l'usura articolare ricordando comunque che il gesto atletico è «costruito» su una base biodinamica e non è «naturale»



- ✘ France Bisneto EN. Dynamic ulnar impaction syndrome in tennis players: report of two cases. Rev Bras Ortop 2017 Aug 16;52(5):621-24
- ✘ Rettig AC. Wrist problems in the tennis player. Med Soc Sports Exerc 1994 Oct;26(10):1207-12
- ✘ Chung KC, Lark ME. Upper Extremity Injuries in Tennis Players: Diagnosis, Treatment, and Management. Hand Clin. 2017 Feb;33(1):175-186
- ✘ Woitzik E, de Graauw C. Easter B. Ulnar impaction syndrome: a case series investigating the appropriate diagnosis, management and post-operative considerations. J Can Chiropr Assoc 2014 Dec;58(4):401-12

