

LO SPORT IERI, OGGI E... DOMANI

TUTTE LE DISCIPLINE SPORTIVE HANNO SUBITO NELL'ARCO DEL TEMPO UNA EVOLUZIONE CONTINUA E COSTANTE CHE HA PERMESSO A LORO DI CONFRONTARSI CON LE APPLICAZIONI CHE LA SCIENZA DELLO SPORT È IN GRADO DI OFFRIRE, DA UNA PARTE PER MIGLIORARE CONTINUAMENTE LE PERFORMANCES, DALL'ALTRA PER AUMENTARE IL LIVELLO DI PREVENZIONE DEGLI INFORTUNI CHE SOPRATTUTTO AD ALTO LIVELLO, CONSEGUENZA DI ALLENAMENTI INTENSI E PROLUNGATI, POSSONO PURTROPPO SOPRAGGIUNGERE.

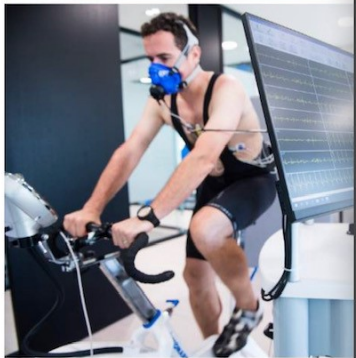
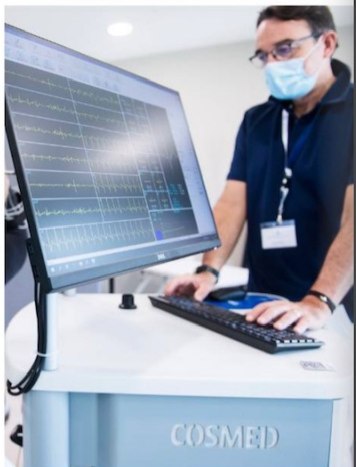
INFATTI, SE A PRIMA VISTA UN ATLETA SEMBRA APPARTENERE AD UNA CATEGORIA DI SPORTIVI MENO SOTTOPOSTI A SFORZI IMPORTANTI, IN REALTÀ LE CARATTERISTICHE FUNZIONALI CHE LO CONTRADDISTINGUONO SONO MOLTEPLICI E COMPLESSE E SI POSSONO SINTETIZZARE NELLE COSIDDETTE CATEGORIE "OPEN SKILL", CIOÈ DISCIPLINE SPORTIVE DOVE SIA GLI ASPETTI METABOLICI, SIA GLI ASPETTI BIOCMECCANICI, SIA GLI ASPETTI COORDINATIVI SONO CONTEMPORANEAMENTE PRESENTI, E DOVE LE VARIABILI DI UN AMBIENTE CHE MUTA IN CONTINUAZIONE PER QUANTO RIGUARDA GLI STIMOLI A CUI REAGIRE E LA RELATIVA PERCEZIONE NE DETERMINA LA VITTORIA O LA SCONFITTA.

DA QUESTE CONSIDERAZIONI NASCE LA FONDAMENTALE IMPORTANZA PER LA SCIENZA SPORTIVA DI PROVARE A DEFINIRE UN COSIDDETTO "MODELLO FISIOLGICO" DELL'ATLETA, CHE DEVE AFFRONTARE AVVERSARI MUTEVOLI, CON DIVERSE TECNICHE, CON DIFFERENTI VELOCITÀ DI SPOSTAMENTO E RAPIDITÀ DI ESECUZIONE E DI REAZIONE, CON VARI TIMING ESECUTIVI, TATTICHE DI COMBATTIMENTO E STRATEGIE DI PREPARAZIONE ALLA GARA. ENTRANO IN GIOCO DUNQUE FATTORI PERCETTIVI, COGNITIVI, METABOLICI, BIOCMECCANICI, CHE TUTTI INSIEME COMpongONO LA MOLTIPLUDINE DI VARIABILI DELLA PERFORMANCE DELLO SPORTIVO.

PREMETTENDO CHE (FORSE PER FORTUNA...) NON TUTTO È MISURABILE E NON TUTTO È PROGRAMMABILE, TANTO PIÙ IN DISCIPLINE SPORTIVE COMPLESSE, VELOCI, TECNICHE, DOVE ANCHE IL TALENTO PERSONALE ASSUME UN RUOLO IMPORTANTE, NON SI PUÒ COMUNQUE NON METTERE IN EVIDENZA COME SAPER MISURARE LE ESPRESSIONI DELLA "MACCHINA UMANA" SIA UNA RISORSA FONDAMENTALE PER COADIUVARE I PROCESSI DI ALLENAMENTO, SIA PER ELEVARE LE POSSIBILITÀ DI PERFORMANCES E PERSONALIZZARE I CARICHI DI ALLENAMENTO PER I SINGOLI ATLETI, SIA PER CORREGGERE EVENTUALI DEFICIT (SIANO ESSI MUSCOLARI, BIOCMECCANICI, METABOLICI) CHE RIDUCANO IL RISCHIO DI INFORTUNIO DURANTE GLI ALLENAMENTI E SOPRATTUTTO LE GARE, OTTIMIZZANDO IL RENDIMENTO DELL'ATLETA E PROBABILMENTE GARANTENDOLI UNA CARRIERA AGONISTICA PIÙ LONGEVA.

ECCO DUNQUE L'IMPORTANZA DI POTERSI CONFRONTARE CON STRUTTURE E SPECIALISTI CHE POSSANO APPLICARE LE MIGLIORI CONOSCENZE DELLA SCIENZA SPORTIVA, AVVALENDOSI DI STRUMENTAZIONI SOFISTICATE CHE AIUTANO NELLA VALUTAZIONE APPROFONDATA DEI SISTEMI FISIOLGICI.

PRESSO ARS MEDICA CENTRO DELLO SPORT, RECENTISSIMA STRUTTURA CHE SI PROPONE PROPRIO CON QUESTE CARATTERISTICHE, LO "HUMAN PERFORMANCE LAB" METTE IN CAMPO SOLUZIONI AVANZATE E L'EXPERTISE DI FIGURE COMPLEMENTARI (MEDICI DELLO SPORT, ORTOPEDICI, FISIOLGICI, FISIOTERAPISTI SPORTIVI) CHE IN UN LAVORO DI TEAM LAVORANO PROPRIO IN QUESTA DIREZIONE, COLLABORANDO IN STRETTA SINERGIA CON GLI ALLENATORI, I PREPARATORI ATLETICI E I TECNICI DELLE DIVERSE DISCIPLINE SPORTIVE, DI QUALUNQUE TIPOLOGIA O LIVELLO. ➤



PEDANE DI FORZA

Che consentono l'analisi delle forze degli arti inferiori misurate nelle azioni tipiche del gesto tecnico (affondi, stop and go, cambi di direzione...), per capire come le leve muscolo-scheletriche agiscono, se e come le articolazioni sono sottoposte a carichi e se i fondamentali equilibri della muscolatura anteriore e posteriore sono ottimali

ISOCINETICA

Strumento che consente l'analisi differenziale dei gruppi muscolari, in particolare flessori ed estensori del ginocchio, definendo i criteri di equilibrio delle forze che agiscono sulle articolazioni e valutando i livelli delle diverse espressioni di contrazione muscolare (concentrica - eccentrica - isometrica)

GAIT UP

Versatilissimo e piccolo strumento, un concentrato di tecnologia che effettua la misura precisa del cammino, della corsa, nelle variabili del tempo di volo, tempo di appoggio, spinta, eventuale pronazione o supinazione del piede

TEST CARDIOMETABOLICO

Gold standard della valutazione cardiorespiratoria, per analizzare con grande precisione le risposte dei sistemi cardiaco, respiratorio e metabolico allo sforzo.

Questo esame può essere eseguito in laboratorio (sia nella versione al cicloergometro, sia nella versione al treadmill), ma con una applicazione portatile (K5) può essere indossato dall'atleta durante le sue sessioni di allenamento e misurare ogni singolo respiro e analizzarlo per comprendere i sistemi energetici che entrano in gioco

A QUESTO SI UNISCONO UNA ULTERIORE DISPONIBILITÀ DI ATTREZZATURE COME L'ISOINERZIALE E MOLTE ALTRE ANCORA, CON IL SUPPORTO DELLA COMPETENZA DI ESPERTI PROFESSIONISTI, IN MODO CHE L'ATLETA, IL SUO ALLENATORE, IL SUO PREPARATORE E IL SUO STAFF TECNICO ABBIANO LE MIGLIORI RISORSE PER POTER SOSTENERE GLI ALLENAMENTI CON INDICAZIONI "EVIDENCE BASED".

Con queste premesse, possiamo tranquillamente affermare, secondo il gergo della scherma:
"TOUCHÈ !"

ANTONELLO MOLteni

FISILOGO SPORTIVO
SPECIALISTA DIAGNOSTICA DELLA PERFORMANCE

