

## Quando il ginocchio fa crack

Le patologie che interessano l'articolazione dell'arto inferiore sono tra le più diffuse, ma spesso la loro importanza resta sottovalutata. Tenere sotto controllo i disturbi è fondamentale per individuare in tempi brevi la terapia più efficace. L'utilizzo di ginocchiere riabilitative nel trattamento post operatorio e post traumatico di lesioni legamentose è sempre più apprezzato da chi pratica sport.

Una rotazione anomala, una sosta improvvisa durante la corsa e l'intenso dolore in seguito al "crack" che accompagna una storta o una caduta. Gli infortuni ai legamenti di ginocchio sono tra i più temuti, ma anche tra i più diffusi. Colpiscono soprattutto gli sportivi, agonisti e dilettanti, di ogni età e sesso, e in particolar modo chi pratica il calcio e lo sci. Circa un atleta professionista su tre che si cimenta in queste attività va incontro a un trauma distorsivo, e in un terzo dei casi si verifica la rottura del legamento crociato anteriore con il rischio, peraltro assai diffuso, di andare incontro ad una maggiore incidenza di artrosi con il passare del tempo. Ma il pericolo si annida anche nello svolgimento dei movimenti quotidiani più banali come scendere le scale e camminare.

I legamenti sono dei cordoni fibrosi interni all'articolazione del ginocchio che, come elastici, tengono unite tra loro due o più strutture anatomiche garantendone la **stabilità**. In questa zona si intersecano ed interagiscono muscoli, tendini, ossa e vasi che a causa dell'usura e di movimenti scorretti possono danneggiarsi anche in maniera importante. Ecco perché occuparsi in modo specifico della **"manutenzione"** di queste strutture è un'ottima abitudine se si vogliono evitare disturbi e complicazioni serie che, oltre a danneggiare il ginocchio in sé, si ripercuotono sull'intero organismo, con conseguenze spesso dolorose e irreversibili.

In molti casi, infatti, l'importanza dei fastidi registrati in questa sede viene sottovalutata con una ricaduta negativa sulla regione lesa e non correttamente trattata. Dato allarmante se si considera che le forme di alterazione del legamento sono numerose e questo, già di per sé, complica il riconoscimento tempestivo della condizione patologica.

**Dolore**, gonfiore e instabilità restano i principali campanelli di allarme. Per prima cosa è sempre opportuno rivolgersi allo specialista per eseguire gli accertamenti necessari e inquadrare, in tempi rapidi, diagnosi e terapia.

L'approccio vincente è quello **sinergico** multidisciplinare dove il chirurgo ortopedico, il fisiatra, il fisioterapista e il tecnico ortopedico mettono in campo le proprie competenze per consigliare l'iter di cura più appropriato ai fini del recupero della funzionalità da parte del soggetto in analisi. Il trattamento può interessare diversi mesi prima che l'articolazione ritrovi la sua mobilità. Ciononostante, in molti casi, la completa guarigione resta un traguardo irraggiungibile.

La scienza si sta adoperando proprio nella prospettiva di individuare terapie e trattamenti che consentano al pa-

ziente un completo e più possibile definitivo recupero delle funzionalità dell'articolazione. Soluzioni all'avanguardia sono al vaglio dei ricercatori e gli scenari sono sempre più incoraggianti sia nel campo della moderna chirurgia che nello studio di approcci sperimentali (come l'autoriparazione) che fanno ben sperare per il futuro.

Accanto alle sofisticazioni operatorie e alle terapie sperimentali, la ricerca continua ad investire risorse anche nell'ambito dei trattamenti più "consolidati". Le **ginocchiere** funzionali per i legamenti, considerate da sempre grandi alleate nella cura di instabilità e postumi di traumi distorsivi, sono oggi ausili pressoché indispensabili nel bagaglio terapeutico per la cura di lesioni e patologie croniche. In questi anni, le tecnologie al servizio del settore si sono specializzate, spinte ai massimi livelli, e questo ha portato ad accrescere il valore e la fiducia riposta nel trattamento con tutori. Sinonimo di un **comfort evoluto** e di **innovazione** sia in termini di vestibilità che di qualità dei materiali, sono studiati per agire in perfetta sintonia con il benessere del paziente. Il loro utilizzo, sotto prescrizione medica, è consigliato per dare sostegno supplementare ai legamenti e ai muscoli che agiscono sull'area interessata da lesione. Possono, inoltre, rivelarsi necessari nei casi in cui l'articolazione sia troppo debole o quando l'attività svolta è più intensa rispetto alla capacità di resistenza del ginocchio, ma anche per proteggere le artico-



lazioni durante lo sport. Nel post operatorio, invece, il loro utilizzo è prescritto sotto espressa volontà del medico curante, qualora l'articolazione debba conservare una posizione particolare nella fase di guarigione. Le specifiche tecniche e la sensibilità nei confronti delle esigenze del paziente fanno di questi strumenti dei sofisticati devices in grado di offrire stabilità e sicurezza senza limiti di movimento. Un **"mai più senza"** per gli sportivi interessati al recupero dell'attività agonistica a seguito di un infortunio, ma anche per tutti coloro che intendono riappropriarsi delle naturali capacità motorie nella vita di tutti i giorni.

Carlotta Bergamini

### DALLA RICERCA FGP NASCE PHYLO, IL COMFORT CHE CURA.

In questi anni, l'apertura al confronto con la moderna scienza e l'ascolto costante ci hanno permesso di crescere e di migliorare nella ricerca di soluzioni in sintonia con la complessità della struttura umana e con la sua continua evoluzione. Oggi, in occasione dell'importante appuntamento con la fiera Expositiva, la Mostra Internazionale della Sanità e dell'Assistenza, presentiamo la nostra ultima creatura, Phylo, la gamma di ginocchiere ultraperformanti realizzate direttamente nei nostri stabilimenti e caratterizzate da un tessuto evoluto, senza cuciture, studiato per offrire il massimo comfort. Una produzione a filiera corta pensata per garantire ai nostri consumatori un prodotto di grande qualità. La passione per la tecnologia e per la progettazione abbinati al desiderio di rispondere ai bisogni dei nostri interlocutori ci hanno spinto, inoltre, a predisporre un nuovo programma di sviluppo che arricchisce il nostro mondo con prodotti e iniziative che riteniamo essere di grande interesse. Un vero e proprio "Energy Business" che, a partire dalla logica dell'innovazione che ci contraddistingue, ci ha portati a brevettare soluzioni tecnologicamente confortevoli, attraverso ricerca e sperimentazione, per la cura di specifiche patologie. Sono nati, così, i nuovi ampliamenti di gamma, l'evoluzione di prodotti tecnici, l'apertura a nuovi segmenti di mercato e il rafforzamento dell'immagine grazie a un nuovo Testimonial. Attualmente siamo i nuovi distributori italiani dei plantari Pisana e per il prossimo anno avremo al nostro fianco Marco Meoni, atleta di fama mondiale, medaglia olimpica del volley italiano, grande esempio di serietà e sportività positiva che siamo felici di accogliere nel mondo Fgp, per la prima volta all'interno di questo numero del magazine, con uno speciale contributo.

Moreno Ferrigolo e Alberto Turrini

**IL CHIRURGO ORTOPEDICO**

# “Con Phylo entriamo davvero in una nuova era”



**Dr. Claudio Zorzi**  
Primario Ortopedia e Traumatologia  
Osp. Sacro Cuore Don Calabria, Negrar (VR)

Un luminare della chirurgia ortopedica, il Dr. Claudio Zorzi, ha testato la nuova linea di ginocchiere Fgp. Con lui abbiamo approfondito i nuovi approcci della medicina.

**Dr. Zorzi, Lei è uno dei massimi esperti nel trattamento delle lesioni legamentose e delle patologie di ginocchio, tra i suoi pazienti annovera anche il Papa e il Quirinale. Ci dica, in quali casi è necessario intervenire con un gesto chirurgico?**

L'approccio chirurgico nel trattamento di lesioni legamentose è molto cambiato rispetto a quando ho iniziato a svolgere la mia professione, circa trenta anni fa. Un tempo si ricorreva all'intervento di ricostruzione chirurgica solo per gli atleti professionisti fisicamente attivi, oggi è una pratica di intervento diffusa e consolidata e la si applica sempre più di frequente anche ai non professionisti. Per quanto riguarda il gesto chirurgico, con il tempo si è scoperto che ciò che più conta è il ripristino dell'anatomia e della cinematica naturale dell'articolazione e la chirurgia sta andando in questa direzione.

**A seguito di un intervento di ricostruzione legamentosa è possibile incorrere in nuovi casi di cedimento?**

A volte può succedere. L'obiettivo dell'intervento chirurgico è ripristinare la stabilità del ginocchio a seguito di una lesione e prevenire altri danni al menisco e alla cartilagine. Tuttavia, può succedere di incorrere in episodi di cedimento anche a seguito di un intervento di ricostruzione con il rischio di ulteriori danni sia al menisco che alla cartilagine articolare. È anche vero che oggi, la moderna chirurgia ci consente di intervenire chirurgicamente su un ginocchio già trattato, con la possibilità di un nuovo recupero della zona doppiamente lesionata.

**Ho letto in un recente articolo apparso su un quotidiano che tra i soggetti operati al legamento crocia-**

**to, nonostante i risultati ottimi sul piano del recupero della funzionalità, il rischio di incidenza di artrosi è più alto. È davvero così? Esistono, ad oggi, approcci orientati al miglioramento di questo deleterio “effetto collaterale”?**

Oggi si può dire che il rischio di incidenza di artrosi è generalmente associato alla meniscectomia, ovvero alla rimozione chirurgica del menisco, poiché a lungo termine la sua rimozione crea uno scompenso nell'area trattata. In alcuni particolari tipi di lesione tuttavia il menisco può essere riparato o sostituito riducendo in questo modo il rischio di osteoartrite.

**Dalla ricerca scientifica in questi ultimi anni, sono emerse o stanno emergendo importanti novità nella cura di lesioni del legamento?**

Certo. Oggi è cambiato il senso della chirurgia applicata alle lesioni dei legamenti di ginocchio, grazie all'apporto di luminari di fama internazionale come il dottor Freddy Fu della Scuola di Pittsburgh che hanno contribuito a dare sempre maggior importanza al concetto di ripristino anatomico. Questo significa che a differenza di ciò che accadeva in passato, oggi si cerca di ricostruire un legamento il più possibile simile all'anatomia naturale del paziente. Un concetto apparentemente banale che però fa la differenza. Ma l'approccio alla disciplina è cambiato anche grazie alle nuove tecnologie e agli studi di biomeccanica e i risultati nel medio termine sono molto buoni.

**Aveva avuto modo di conoscere la linea Phylo, la nuova gamma di ginocchiere ultraperformanti realizzate negli stabilimenti Fgp. Quali ritiene siano**

**i benefit per il paziente che utilizza questo strumento nel post-operatorio?**

**A suo avviso, in che cosa questa nuova generazione di ortesi si distingue dagli altri prodotti già presenti sul mercato?**

Ho conosciuto la linea Phylo e devo dire che mi ha convinto per la particolarità dei tessuti con cui sono stati realizzati i diversi modelli di ginocchiera. La tendenza è l'abbandono del neoprene a vantaggio di tessuti più pratici che eliminano la sudorazione, reazione che a volte può avere effetti negativi, mentre con l'utilizzo di tessuti come questo si evitano anche fastidiosi effetti allergici. Dalla mia esperienza e da quella dei miei pazienti che lo hanno finora utilizzato, posso dire che è un prodotto molto ben tollerato e questo è un plus per noi chirurghi, poiché garantisce una miglior compliance tra medico e paziente.

C.B.


**IL TECNICO ORTOPEDICO**

# “La personalizzazione del prodotto è il fattore più importante”

**Dr. Roveggia, da che cosa dipende la scelta di un tutore ortopedico per il trattamento riabilitativo in caso di lesioni legamentose al ginocchio?**

La scelta del giusto tutore dipende sempre dal grado di “contenzione” che vogliamo ottenere. Si va dalla semplice ginocchiera elastica alla più complessa ginocchiera con stecche e più punti di fissaggio. Se il paziente è stato sottoposto a trattamento chirurgico, nella maggior parte dei casi la scelta del tutore giusto ricadrà su un modello “post-operatorio”, mentre se non è stato trattato chirurgicamente, la scelta è più complessa. Innanzitutto, è necessario capire se la lesione è a carico dei legamenti crociati o dei legamenti collaterali, e in base a quello, si individua il tutore più idoneo con limitazioni che cambiano di caso in caso. La personalizzazione del prodotto in relazione alle condizioni, alle caratteristiche e alle esigenze di chi lo richiede è senza dubbio l'elemento più importante.

**Ci racconta come avviene la valutazione del tecnico ortopedico?**

La nostra professione è volta all'identificazione e alla realizzazione di apparecchi ortopedici su misura oppure all'applicazione e all'adattamento di presidi ortopedici sul paziente.

Per tali motivi il contatto con il paziente è volto ad identificare, sulla base delle caratteristiche fisiche e delle esigenze dello stesso, il presidio ortopedico più adatto. Per prima cosa, si procede con un'attenta “presa misure” del soggetto nel caso specifico di problematiche riguardanti il ginocchio a cui seguirà la valutazione della compressione più adatta. Pongo poi molta attenzione alla qualità del dispositivo ed alla tollerabilità dello stesso da parte del paziente. Per questo richiedo al cliente di espormi eventuali allergie ai materiali oltre allo stile di vita personale (sedentario o sportivo), con il fine ultimo di ottimizzare l'individuazione del dispositivo e di soddisfarne le esigenze.

**Quale tipologia di allenamento suggerirebbe a uno sportivo che a seguito di un intervento ai legamenti del ginocchio volesse riprendere l'attività agonistica?**

Se non vi sono particolari limitazioni funzionali prescritte dall'ortopedico e in seguito ad un'opportuna riabilitazione fisioterapica, consigliereerei per la ripresa dell'attività agonistica, una ginocchiera molto performante costituita da quattro punti di fissaggio con il controllo dell'iperestensione e della rotazione del ginocchio, come ad esempio l'M4S dell'FGP.

**Qual è il corretto utilizzo di una ginocchiera durante la fase di riabilitazione?**

Il corretto utilizzo di una ginocchiera durante la fase riabilitativa viene stabilito dal medico e dal fisioterapista in base alle previsioni di recupero del paziente. Il mio compito è affiancare il professionista nella scelta del tutore più idoneo tenendo conto delle problematiche e della morfologia del paziente stesso, al fine di ottenere il massimo risultato con il maggiore comfort di utilizzo.

**Ha avuto modo di conoscere l'innovativa linea Phylo, la nuova gamma di ginocchiere ultraperformanti realizzate negli stabilimenti Fgp. Che impressione si è fatto del prodotto?**

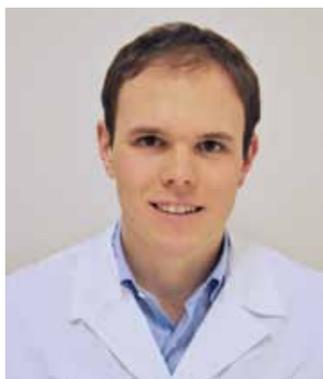
Conosco la linea Phylo e ne sono entusiasta. Ritengo che si tratti di un prodotto di eccellente qualità. Il tessuto presenta un'ottima vestibilità ed è al tempo stesso estremamente performante. L'innovativo sistema di snodi policentrici di ingombro ridotto permette una perfetta azione contenitiva garantendo al paziente un'eccellente confort. Nel momento della prova comparativa con altri prodotti dello stesso segmento, il più delle volte è il paziente stesso che si orienta su questa linea.

C.B.



**Dr. Davide Roveggia** - Tecnico ortopedico  
La Sanitaria s.a.s., San Bonifacio (VR)

## “Lavorare in team: un benefit per il paziente”



**Dr. Fabio Fumei**  
Tecnico ortopedico  
Centro Ortopedico Trentino, Trento

Il Dr. Fabio Fumei, tecnico ortopedico, spiega l'importanza della ginocchiera nel recupero dell'attività fisica quotidiana in seguito a traumi ai legamenti.

**Dr. Fumei, in che modo e attraverso quali azioni le ortesi possono aiutare un paziente interessato da traumi ai legamenti di ginocchio a recuperare l'attività fisica quotidiana?**

Nei casi di lesioni legamentose non trattate chirurgicamente si utilizzano ginocchiere funzionali predisposte su misura o preconfezionate adattate al paziente dal tecnico ortopedico e realizzate con materiali ad alta resistenza come la fibra di carbonio o le leghe metalliche. Questi tutori esercitano una funzione meccanica che contrasta gli stress in torsione ed in varo-valgo a cui è sottoposto il ginocchio durante l'attività fisica consentendo la flessione-estensione. Nel contempo, circoscrivono il movimento entro un range di gradi prestabilito limitando il rischio di traumi, specie in iper-estensione, a cui il ginocchio instabile è più facilmente sottoposto. Possono essere utilizzati anche in fase acuta per scaricare il ginocchio e limitarne il movimento. Oltre a ciò, le ortesi svolgono un'importante funzione propriocettiva. Le ortesi compressive con eventuali stecche articolate, infine, possono essere utilizzate temporaneamente a scopo antalgico nel trattamento delle distorsioni benigne. E non va trascurato l'aspetto psicologico del paziente, che spesso, pur avendo affrontato un intervento ricostruttivo ed un corretto iter riabilitativo, nella ripresa dell'attività fisica trova difficoltà che non sempre dipendono da una reale instabilità del ginocchio. In questi casi, il ricorso ad un'ortesi compressiva può fornire un maggior grado di sicurezza ed un più rapido recupero della performance.

Ad oggi, quali sono le terapie riabilitative ritenute più efficaci nella cura di un ginocchio interessato da traumi ai legamenti?

L'obiettivo primario della riabilitazione è il ripristino della funzione biomeccanica, cui fa seguito l'azione riattivante esercitata sui tessuti molli colpiti dal trauma e sugli automatismi posturali e propriocettivi. In un primo momento si effettua una cauta e corretta mobilizzazione passiva, per poi procedere con l'allungamento dei gruppi muscolari di coscia e gamba, senza trascurare l'attivazione del sistema linfatico e la stimolazione dei tessuti molli peri-articolari. Successivamente, si passa al rinforzo in palestra dove il paziente svolge esercizi in catena cinetica chiusa, orientati alla riattivazione del sistema propriocettivo, con l'ausilio di tavole propriocettive e stabilometriche e training specifici per il recupero degli automatismi posturali.

**A suo avviso, quanto è importante instaurare un rapporto di fiducia con il paziente durante l'iter di cura?**

Oggi il paziente è sempre più informato e disposto a viaggiare pur di sottoporsi alle migliori terapie. Questo ha portato a un ridimensionamento del rapporto di fiducia che dipende soprattutto dalla professionalità degli specialisti, dalla loro capacità di aggiornarsi costantemente e di dare consigli adeguati nel rispetto della terapia programmata.

**Ritiene che il lavoro in team tra medico specialista e tecnico ortopedico offra utili vantaggi per il paziente?**

Non sarà mai abbastanza ribadita l'importanza del lavoro in team, che nel nostro caso si svolge in sinergia con il medico specialista e con il fisioterapista. Ovviamente, la prescrizione di eventuali ortesi spetta al medico specialista, ma sono fermamente convinto che il ruolo del tecnico ortopedico non si limiti alla semplice fornitura dei supporti prescritti, ma che includa anche una valutazione del paziente con un approccio quanto più olistico possibile, in modo da poter illustrare al medico le potenzialità ed i limiti di ogni trattamento, partecipando così alla scelta del più efficace e personalizzato iter terapeutico.

**Ha avuto modo di conoscere l'innovativa linea Phylo, la nuova gamma di ginocchiere ultraperformanti realizzate negli stabilimenti Fgp. Ci dica, che impressione si è fatto del prodotto? Si sentirebbe di consigliarlo ai suoi pazienti?**

Utilizzo la linea Phylo da quest'anno e ne sono molto soddisfatto. I miei pazienti apprezzano il maggior comfort e la miglior vestibilità rispetto alle linee precedenti. Penso che con questa

nuova gamma di prodotti, Fgp abbia trovato un ottimo compromesso tra comfort ed efficacia, grazie allo speciale tessuto traspirante e gradevole che non presenta la fastidiosa tendenza a migrare. Generalmente faccio indossare ai miei pazienti più di una ginocchiera per valutare quale offre la miglior vestibilità ed efficienza e devo dire che quasi sempre la scelta ricade su Phylo.

C. B.



## Il parere su Phylo dell'asso del volley italiano

Marco Meoni, 600 partite in Serie A alle spalle, ha indossato le ginocchiere modello Phylo® 40 e Stabimed Pro Phylotek®.



Marco Meoni mentre prova la ginocchiera Phylotek® Stabimed Pro.

**Ventitre anni e seicento partite giocate in serie A-1. Oltre dieci stagioni in Nazionale, quasi trentanni di carriera agonistica, conclusa nel 2013 nella Marmi Lanza (Verona). Marco Meoni non ha bisogno di presentazioni. È una perla rara dello sport italiano, un fuoriclasse della pallavolo, “il regista-palleggiatore” della generazione di fenomeni, il magic team che negli anni '90 trainò l'Italia nella Walk of Fame dello sport mondiale, conquistando un'infilata di vittorie e successi senza precedenti. Nel suo palmarès, oltre ai numerosi riconoscimenti brillano ben due medaglie olimpiche.** Raggiunto l'ennesimo traguardo, quello dei quarant'anni, Marco ha salutato il campo, ha appeso le scarpe al chiodo (almeno per il momento) e ha deciso di fare l'imprenditore, ma è rimasto lo stesso, con tanti sogni e progetti per la testa e entusiasmo da vendere. Noi di Fgp abbiamo avuto il piacere di incontrarlo e abbiamo scoperto di avere molto in comune con questo asso del volley italiano come lo spirito del gioco di squadra, la professionalità e la voglia di essere sempre pronti “ad andare su ogni singolo pallone”. Abbiamo, quindi, approfittato dell'occasione per presentargli la nuova linea di ginocchiere Phylo, indicate per gli sportivi che hanno vissuto traumi all'articolazione nel corso della carriera e gli abbiamo chiesto di testare il prodotto durante l'allenamento. Queste le impressioni dell'atleta che abbiamo raccolto per voi.

“Ho accettato con piacere la proposta di Fgp, nonostante al momento non pratici più l'attività sportiva a livello agonistico. In questi mesi ho avuto modo di conoscere questa incredibile realtà aziendale e la gestione interna del processo produttivo e sono rimasto particolarmente sorpreso dalla filosofia Fgp e dallo **spirito innovativo e tecnologico** che sta alla base

dell'ideazione dei prodotti. Approccio che condivido appieno. Ho utilizzato entrambi i modelli di ginocchiera che l'azienda mi ha gentilmente fornito, per allenarmi in sala pesi, durante la corsa e il calcetto (con cambi di direzione), e l'impressione che mi sono fatto è positiva. Già al tatto si percepisce la **notevole qualità dei tessuti** e dei materiali con cui sono state realizzate le ginocchiere. La presenza minima di cuciture elimina del tutto i fastidi che possono interessare il giocatore, specie durante i primi utilizzi che a volte possono provocare fastidiose irritazioni. Inoltre, ho notato che i prodotti hanno un'asciugatura più veloce rispetto ad altre ginocchiere utilizzate da me in passato e non producono odori sgradevoli. Per chi si allena giorno dopo giorno, da mattina a sera queste sono caratteristiche che fanno la differenza. In termini di comfort e vestibilità non ho riscontrato differenze tra le due tipologie di ginocchiere collaudate, benché i modelli si distinguano per l'azione che svolgono sull'articolazione. La ginocchiera **Phylo 40**, che ho indossato, è un ottimo prodotto, ne ho usate molte di questo tipo nel corso della mia carriera ma questa stabilizza il movimento (nel mio caso verso il basso) della rotula senza alcun intralcio, facendo sì che anche il tendine venga scaricato alla perfezione. La ginocchiera più tecnica **Phylotek modello Stabimed Pro** che ho utilizzato invece per la prima volta, per essere un tutore così importante dotato di snodi è di facile utilizzo e vestibilità nonché di grande comfort, in più si apprezza il **contenimento** dell'articolazione. In conclusione ritengo che la linea Phylotek sia un'ottima soluzione per chi pratica sport poiché garantisce la stabilità dell'articolazione assicurando libertà di movimento e una sensazione di benessere e comfort durante l'utilizzo”.

C. B.

# I vantaggi di una ginocchiera ultraperformante

Il Dr. Claudio Albertin, medico fisiatra, spiega tutto ciò che vorremmo sapere sul trattamento riabilitativo.



**Dr. Claudio Albertin**  
Specialista in Medicina Fisica e Riabilitazione  
Dirigente Medico 1° liv. Az. Usls 13, Dolo (VE)  
Consulente c/o Idrokinesis, Abano Terme (PD)

## Dr. Albertin, in che modo può verificarsi un evento traumatico al legamento?

Gli eventi traumatici che nella maggior parte dei casi portano a lesioni legamentose a carico del ginocchio sono le distorsioni e si verificano soprattutto nelle persone che praticano attività sportive come sci, calcio, pallacanestro, pallavolo. Per quanto con-

cerne i LC sono le sollecitazioni verso l'interno o verso l'esterno dell'articolazione, mentre una lesione all'LCA può avvenire a seguito di un'iperestensione, di un movimento di torsione con piede a terra e infine, nei movimenti di valgo-rotazione esterna o varo-rotazione interna. Le lesioni dell'LC posteriore sono, invece, meno frequenti (tra il 10% e 25%), in parte per la maggiore resistenza meccanica del legamento e in parte per il meccanismo del trauma, in direzione antero-posteriore. La lesione più tipica, che riguarda il 50% dei casi, è la lesione "da cruscotto" che si verifica dopo un urto violento del ginocchio contro il cruscotto in seguito a un incidente stradale.

## Qual è il primo approccio in campo riabilitativo per la cura, e quanto può durare in media un programma di riabilitazione?

Subito dopo un trauma è consigliato un periodo di immobilizzazione del ginocchio e scarico completo che può variare da alcuni giorni a massimo due settimane. Nella fase acuta l'obiettivo è quello di ridurre il dolore ed il gonfiore con l'utilizzo di antiinfiammatori e crioterapia, mentre in caso di versamento è necessaria un'aspirazione del liquido intra-articolare. Se il dolore lo consente, fin dai primi giorni dal trauma, il program-

ma riabilitativo consiste nel recupero articolare attraverso mobilizzazione passiva continua. A questo si possono aggiungere alcune terapie fisiche come laser e correnti interferenziali, ionoforesi e l'uso di bendaggi. Stampelle e ginocchiere articolate aiutano il paziente nella ripresa precoce della deambulazione. La durata del programma dipende dal tipo di trauma, dal legamento interessato, dalle caratteristiche individuali e soprattutto se è conseguente a un intervento chirurgico. In media è 15-20 giorni, ma a seguito di un intervento di ricostruzione dell'LCA il percorso riabilitativo può durare anche 6 mesi.

## Quali sono le problematiche più frequenti e gli approcci più efficaci nelle diverse fasce di età?

L'età influisce sulla velocità della ripresa funzionale a seguito di una lesione legamentosa. Gli obiettivi e le fasi del trattamento riabilitativo sono sostanzialmente le stesse, ciò che varia sono il tempo e l'intensità di esposizione al trattamento soprattutto nei soggetti sportivi. La paura e la tolleranza al dolore uniti alla spinta motivazionale sono determinanti nell'accelerare o rallentare il processo riabilitativo. L'ambiente acquatico sotto guida fisioterapica si è dimostrato un ottimo elemento che consente di raggiungere determinati risultati in tempi più ridotti. Molte volte se la richiesta di prestazione sportiva in caso di lieve instabilità del ginocchio è limitata, l'intervento chirurgico non è necessario, ma deve essere sostituito da un programma che rinforzi il comparto muscolare e a volte è necessario o consigliato l'utilizzo di un tutore.

## Ci racconta come si svolge una visita Fisiatrica?

In primo luogo è necessaria una raccolta anamnestica per ottenere informazioni importanti sulla modalità del trauma, sul tipo e la sede del dolore. Ascoltare il paziente molto spesso ci porta a fare una diagnosi precisa sul sintomo. Durante la visita viene valutata e misurata tramite goniometro l'escursione articolare mentre per la stabilità articolare e per la ricerca delle strutture coinvolte vengono effettuate delle manovre e dei test

codificati. Spesso, a conferma della diagnosi, viene richiesta una RMN e dopo opportune considerazioni si costruisce un progetto riabilitativo.

## In quali casi il trattamento ortesico (ginocchiera) è coadiuvante alla terapia riabilitativa?

La ginocchiera è un device importantissimo utilizzato di frequente in tutti i gradi di lesione e anche nelle patologie non traumatiche. La vasta gamma in commercio permette un utilizzo mirato per ogni situazione permettendo di bilanciare la ricerca di stabilità, l'articolazione e la riduzione del dolore.

In tutti i casi in cui è presente un dolore al carico o un'instabilità articolare durante il cammino vi è l'indicazione. Per non parlare degli stati post operatori in cui è necessario bloccare il ginocchio a vari gradi articolari per alcuni giorni o lavorare su un'escursione articolare determinata e questo grazie all'uso di ginocchiere con aste articolate. Altro campo in cui spesso se ne consiglia l'uso è l'attività sportiva che permette di essere affrontata in tal modo con maggiore sicurezza e minori rischi di distorsioni.

## Ha avuto modo di conoscere la linea Phylo, la nuova gamma di ginocchiere Fgp? Quali ritiene siano i benefit per il paziente che utilizza questo strumento nella fase riabilitativa?

Recentemente mi è stata presentata la nuova linea Phylo che trovo innovativa per la tecnologia dei materiali usati che consente di migliorare molti requisiti importanti per un tutore. La riduzione del peso, la traspirabilità ed il comfort del tessuto, la semplicità d'utilizzo delle parti meccaniche sono tutti elementi che facilitano una vestibilità prolungata riducendo la sensazione di "corpo estraneo", garantendo nello stesso tempo stabilità ed articolazione del ginocchio. Nella fase riabilitativa i tutori vengono indossati per molte ore al giorno è dunque importante che la ginocchiera sia perfettamente adattabile e confortevole in base alle varie necessità. C.B.

## NUOVE GINOCCHIERE FGP A NEW COMFORT PHYLOSOPHY.



### NUOVO TESSUTO PHYLO® 100% MADE IN FGP

Nuovo tessuto Phylo® realizzato interamente in FGP.  
Trattamento termoregolatore **Adaptive**.  
Anti-odore con trattamento antibatterico **Pure**.



### NUOVA TECNOLOGIA PHYLOTEK®

Spessori intelligenti per una vestibilità perfetta.  
Innovativa trama con intreccio a molla per un efficace effetto massaggio.  
Nessuna cucitura per un comfort assoluto.



### NUOVI SNODI PHYSIOGLIDE®

Completamente ridisegnati.  
Ultraleggeri e con ingombro ridotto del 30%.  
In alluminio con trattamento soft-touch.  
Regolazione ancora più semplice.



PHYLO®

**PHYLO® E PHYLOTEK®. IL BENESSERE TUTTO DA SCOPRIRE.**

Da FGP nasce Phylo®, la nuova concezione di ginocchiere che supera i confini della riabilitazione e del comfort: design, materiali, tecnologia, per offrire massima leggerezza e performance inedite. Nella linea specialistica Phylotek®, ergonomia e spessori intelligenti migliorano la vestibilità e agiscono con maggiore efficacia. La linea Phylo®, grazie al design esclusivo e all'innovativa trama tridimensionale con effetto shock absorb, svolge un massaggio costante e un'azione traspirante efficace. Scopri tutte le caratteristiche esclusive e i modelli di Phylotek® e Phylo® su [www.fgpsrl.it](http://www.fgpsrl.it)



Orthopedic  
& Rehabilitation  
Equipment

FGP srl  
Via Alessandro Volta 3 I-37062 Dossobuono VR  
T +39 0458600867 F +39 0458600835 [fgp@fgpsrl.it](mailto:fgp@fgpsrl.it)

[facebook.com/fgpsrl](https://www.facebook.com/fgpsrl) [www.fgpsrl.it](http://www.fgpsrl.it)

[ RICERCA + EVOLUZIONE ]