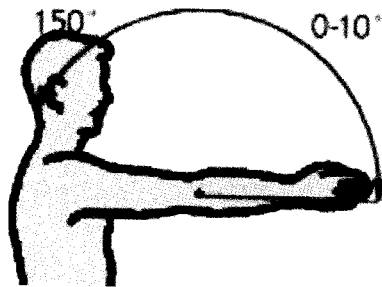


IL GOMITO

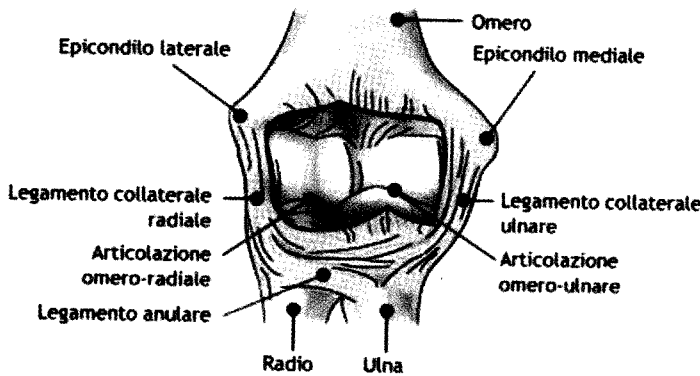
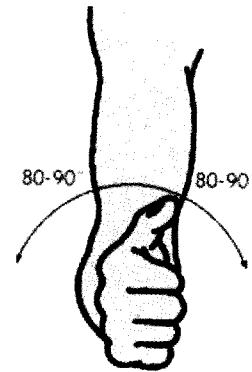
L'articolazione del gomito è formata da diverse articolazioni singole dotate di movimenti propri: l'articolazione tra omero e ulna, l'articolazione tra omero e radio e l'articolazione tra radio e ulna.

L'articolazione tra omero e ulna è un'articolazione a cerniera che consente movimenti di flessione ed estensione.

FLESSIONE ED ESTENSIONE



SUPINAZIONE E PRONAZIONE



Ciascuna articolazione a cerniera ha un legamento di sostegno laterale che viene posto in tensione sia nella flessione che nell'estensione, limitando i movimenti non richiesti. In corrispondenza della faccia interna ed esterna della capsula articolare, ci sono due robusti legamenti: il legamento collaterale mediale (ulnare) e il legamento collaterale laterale (radiale). Ad articolazione estesa vengono posti in tensione i legamenti anteriori, ad articolazione flessa quelli posteriori.

TENDINOPATIE

Nell'ambito delle patologie da sovraccarico funzionale al gomito sono da segnalare le tendinopatie degli estensori e dei flessori del polso e della mano che prendono il nome di epicondilita omerale o "gomito del tennista" ed epitroclee omerale o "gomito del golfista". Le strutture interessate da tale patologia sono i tendini degli estensori e dei flessori di polso e mano all'inserzione, rispettivamente, su epicondilo ed epitroclea omerale.

Flessori del polso e delle dita



Estensori del polso e delle dita





L'irritazione tendinea sembrerebbe originata dalle vibrazioni trasmesse lungo l'avambraccio dopo il colpo inferto all'attrezzo sportivo (racchetta da tennis, mazza da golf, giavelotto ecc...) ed è più frequente nello sportivo amatoriale od a basso livello agonistico che non nell'atleta ad alto livello. La tecnica corretta nell'esecuzione del gesto, nella presa dell'attrezzo sportivo così come nella coordinazione preservano l'articolazione dalla patologia.

Sintomi

Il dolore è il sintomo principale che all'inizio si manifesta solo con taluni movimenti; per esempio l'epicondilita si manifesta inizialmente nel tennista solo nei colpi di battuta e rovescio, mentre l'epitrocleeite in quelli di diritto. In seguito il dolore diviene continuo disturbando il riposo notturno e limitando la vita quotidiana poiché si risveglia con movimenti banali per esempio afferrando una bottiglia anziché lavandosi i denti.

Diagnosi

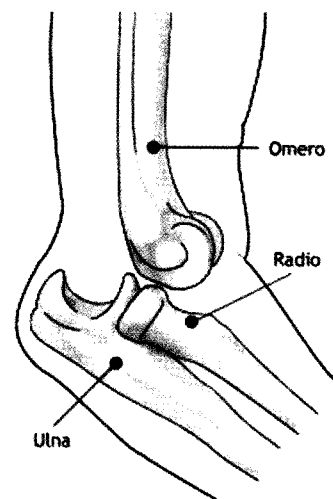
La diagnosi è essenzialmente clinica eventualmente integrata da esami radiologici standard per escludere microlesioni ossee e da RMN per indagare le strutture tendinee.

Trattamento

Il trattamento si riassume in riposo articolare, antinfiammatori seguiti da fisiokinesiterapia. Talora si praticano infiltrazioni con steroidi, solo raramente e nei casi ribelli alle succitate terapie si pratica terapia chirurgica.

Lussazione

In ordine di frequenza l'articolazione del gomito è, nello sportivo, dopo quella della spalla, più frequentemente interessata da episodi di lussazione. La lussazione che nel 90% dei casi colpisce il gomito è detta posteriore caratterizzata da uno spostamento di radio ed ulna posteriormente all'omero. Il quadro clinico evidenzia una tumefazione con marcata deformità del gomito accompagnata da dolore violento ed impotenza funzionale dell'articolazione; a volte per la stretta vicinanza all'articolazione di vasi e nervi si può avere, a seguito della lussazione, insorgenza di ischemia (ridotta od assente circolazione sanguigna) e/o parestesie (disturbi della sensibilità legati a danno nervoso). Un'esame radiografico conferma la diagnosi clinica; la riduzione della lussazione, ovvero il ristabilimento della congruità articolare, praticata da personale medico specialista è solitamente incruenta e seguita da periodo di immobilizzazione in gesso. Alla rimozione del gesso, solitamente dopo venticinque giorni, viene praticata intensa fisiokinesiterapia al fine di recuperare in modo completo e rapido l'articolazione del gomito.



PATROCINIO

Patrocino della PROVINCIA DI VENEZIA e del COMUNE DI MIRANO e REGIONE DEL VENETO

Regione del Veneto

Groupama Assicurazioni

Ornologia dal Comitato Prov.le FIASP di Venezia con nota N. 24/2006

FIASP SPORT PER TUTTI

10 OTTOBRE 2010

Km. 7
Km. 13
Km. 22

**G.P. BANCARELLA
IL GAZZETTINO**

**32^a MARCIA
MIRANO CITTÀ VERDE**