a cura del **Dott. Alberto Gobbi**, info@oasiortopedia.it



Mezzi di sintesi

IN INVERNO SI PENSA A "METTERE GIÙ LE BASI" PER LA NUOVA STAGIONE AGONISTICA. MA ANCHE, EVENTUALMENTE, A RIMUOVERE PLACCHE E VITI...

Terminate le competizioni, dobbiamo distogliere l'attenzione dalla moto per qualche tempo e concederci il meritato riposo per ritrovare quegli stimoli indispensabili ad affrontare il nuovo anno di gare. Tuttavia, è bene non trascurare la preparazione atletica per mantenersi in forma e arrivare ben preparati al via della stagione agonistica.
L'allenamento invernale è importante, bisogna tenere presente che le capacità tecniche di guida possono svilupparsi solo se supportate da un fisico allenato. E' necessaria una nutrizione equilibrata (attenzione agli stravizi natalizi) e un preciso programma di allenamento per mantenersi in forma. Il mio consiglio è di allenarsi anche divertendosi, praticando altri sport come lo sci o lo snowboard oppure nuotare in calde acque per chi può viaggiare.
Ma al termine della stagione non si parla solo di riposo e allenamento, molti piloti devono leccarsi le ferite riportate durante l'anno agonistico. Molti atleti attendono, infatti, il termine delle gare per procedere con cure mediche e chirurgiche che non hanno potuto praticare durante l'anno a causa degli impegni agonistici. Un aspetto dibattuto è quello della rimozione dei mezzi di sintesi (placche, viti, chiodi e altro) al termine della stagione di gare. La domanda è, infatti, sempre la stessa...
Cosa comporta correre in moto con mezzi di sintesi?
Dal punto di vista scientifico, in ambito medico, si discute ancora sull'opportunità della rimozione dei mezzi di sintesi. L'argomento più spesso utilizzato a favore della rimozione è quello che in pazienti giovani una nuova frattura potrebbe essere resa più grave dalla presenza del metallo nell'osso. Inoltre, nel soggetto in fase di crescita la presenza di una placca con viti potrebbe influenzare la crescita stessa dell'osso. D'altra parte c'è chi sostiene che i rischi di nuove lesioni e peggioramento causato dal nuovo intervento sono talmente elevati da non giustificare una rimozione delle placche in tutti i casi e la letteratura sull'argomento non presenta valide linee guida.
Non si può, infatti, generalizzare poiché vi sono molti fattori che influenzano la decisione: localizzazione e tipo di mezzo di sintesi, età del soggetto, invasività del gesto chirurgico per la rimozione dei mezzi di sintesi.
Oggi in molti casi, soprattutto in chirurgia artroscopica, si utilizzano piccolissimi impianti in titanio come nella chirurgia della spalla o del ginocchio che non danno alcun fastidio e non devono essere rimossi.
La rimozione di placche, viti o infibuli endomidollari non deve essere considerata una semplice procedura di routine poiché spesso non è assolutamente semplice e può comportare dei rischi. L'atteggiamento migliore, dovendo decidere se togliere o meno una placca o delle viti dalle ossa, è quello di valutare caso per caso, soppesando attentamente il rapporto rischio/beneficio.

In generale
- Non rimuovere un mezzo di sintesi che non dà alcun fastidio
- I fili di Kirschner si rimuovono facilmente
- I fissatori esterni si rimuovono anche in anestesia locale
- Gli infibuli endomidollari e le viti di fissaggio vanno rimossi
- Le placche superficiali (es. al malleolo peroneale) possono creare fastidio e sono spesso tra le più rimosse

Fatte tutte queste premesse, vi auguro buon allenamento e un Buon 2019.

018_DoctorHouse.indd 18 23/11/18 15:56