

I congresso AISO  
Il ruolo dell'Osteopatia nella  
Prevenzione Sanitaria

Bologna 16-17 Settembre 2023

**Relatore: Massimo Messina**

**COMPLETE EVALUATION**  
**OF AN ATHLET**

**GOLF**



## **FEDERAZIONE ITALIANA GOLF**

L'ANALISI POSTURALE, FISIOTERAPICA, OSTEOPATICA  
E LA PREPARAZIONE ATLETICA NEL GOLF

STUDI SCIENTIFICI, TEST E GRAFICI DI RIFERIMENTO

**Dott. Massimo Messina, Monza 2010-2012**

# PATOLOGIE DEL GOLFISTA

Patologie osteo-articolari:

- di origine MACRO TRAUMATICA
- di origine MICRO TRAUMATICA

di origine MACRO TRAUMATICA:

*distrazioni muscolari*

*distorsioni capsulolegamentose*

*Lussazioni*

*fratture*

di origine MICRO TRAUMATICA:

*sindromi da sovraccarico (overuse)*

*(Insorgenza più lenta e subdola dei sintomi)*

## **CAUSE PRINCIPALI:**

Esecuzione ripetitiva di gesti tecnici spesso errati, effettuati con intensità e/o frequenze superiori alla resistenza dei tessuti o alla loro capacità di adattamento .

Utilizzo di strumenti che trasmettono vibrazioni (bastoni)

Adozione di posture scorrette

## **FATTORI PREDISPONENTI:**

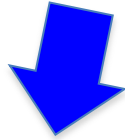
Età

Scadente preparazione fisica

Patologie sistemiche (diabete, obesità, ecc.)

Alterazioni anatomo-funzionali.

# DILETTANTI VS PROFESSIONISTI



## CAUSE:

- errori tecnici
- preparazione atletica scadente (spesso totalmente assente)

## *SEDI:*

*27% colonna vertebrale*

*26%, gomito*

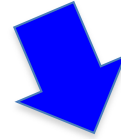
*16%, polso/mano*

*9% spalla*

*7% ginocchio*



# DILETTENTI VS PROFESSIONISTI



## CAUSE:

- errori tecnici
- sovraccarico

## *SEDI:*

*24% colonna vertebrale*

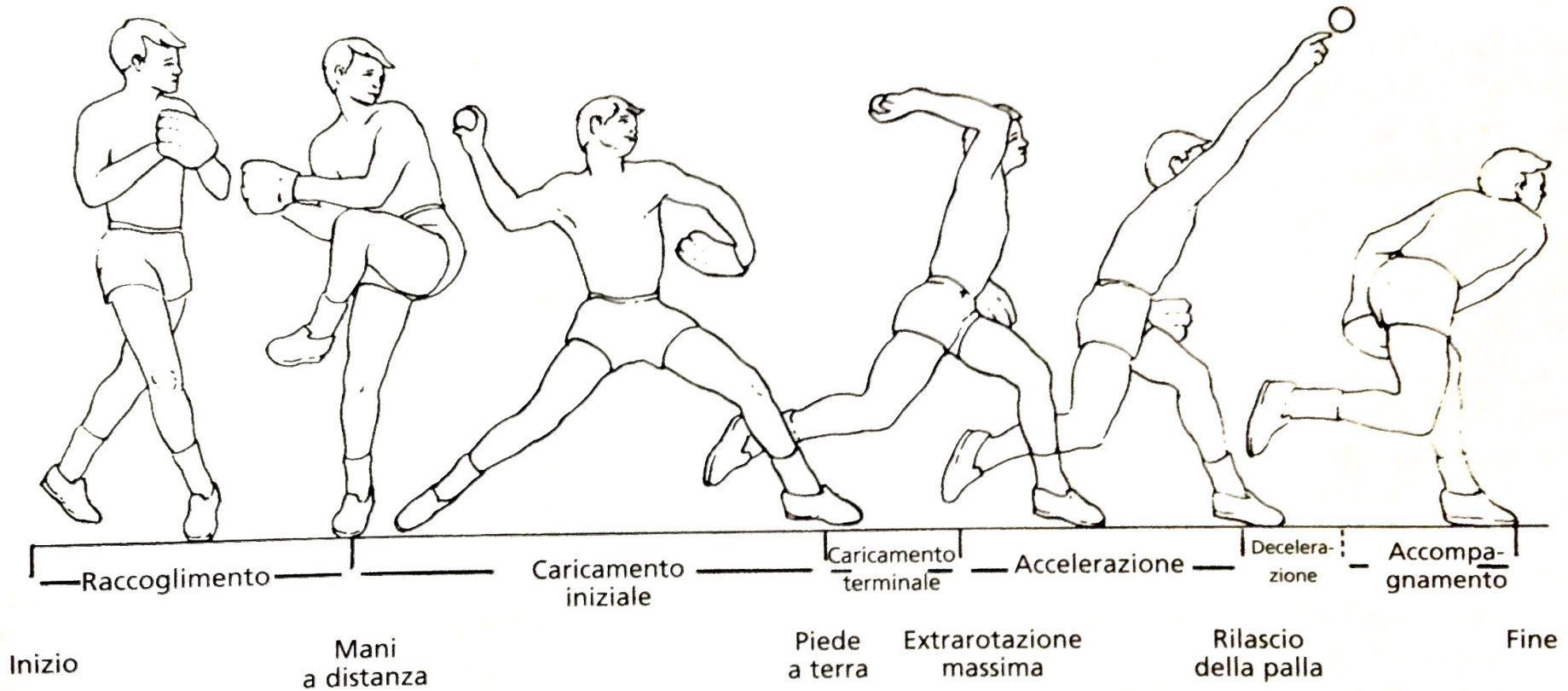
*7%, gomito*

*27%, polso/mano*

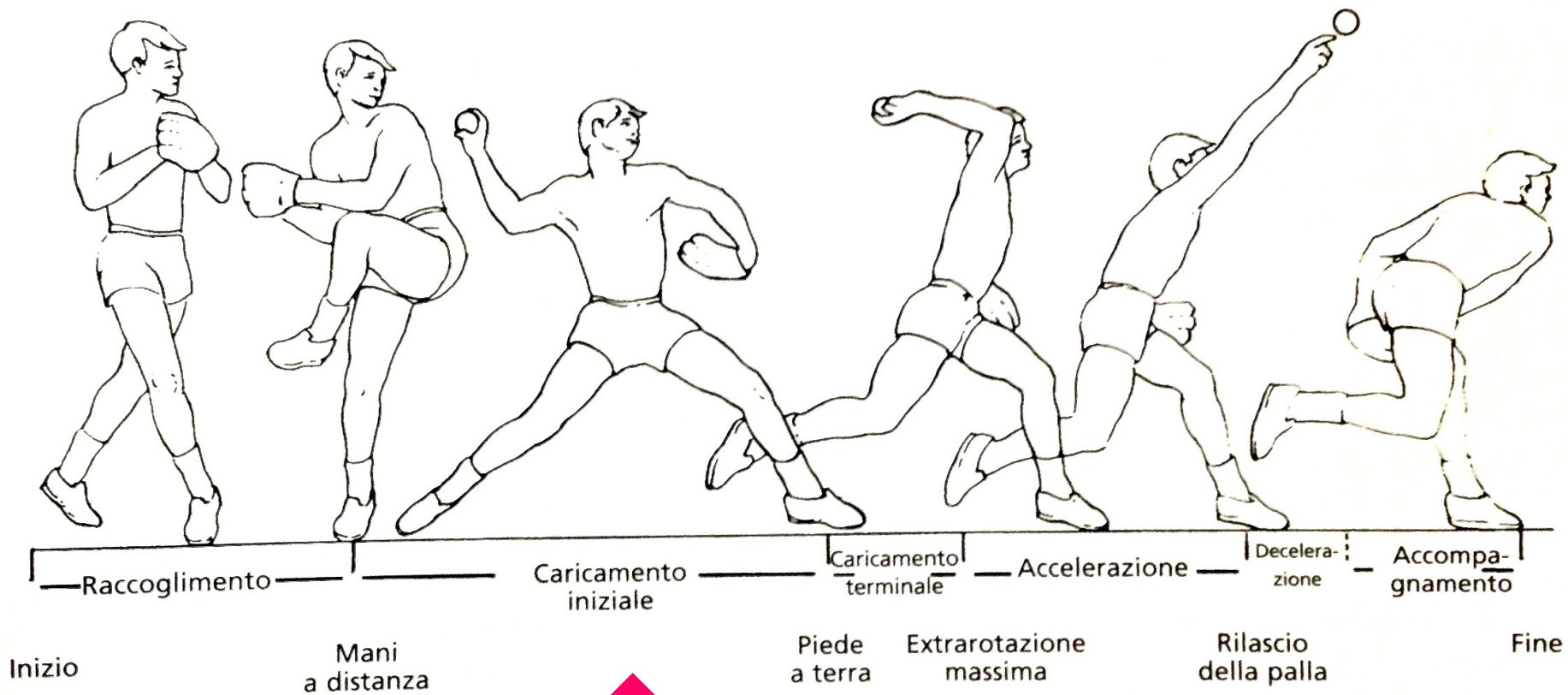
*9% spalla*

*7% ginocchio*

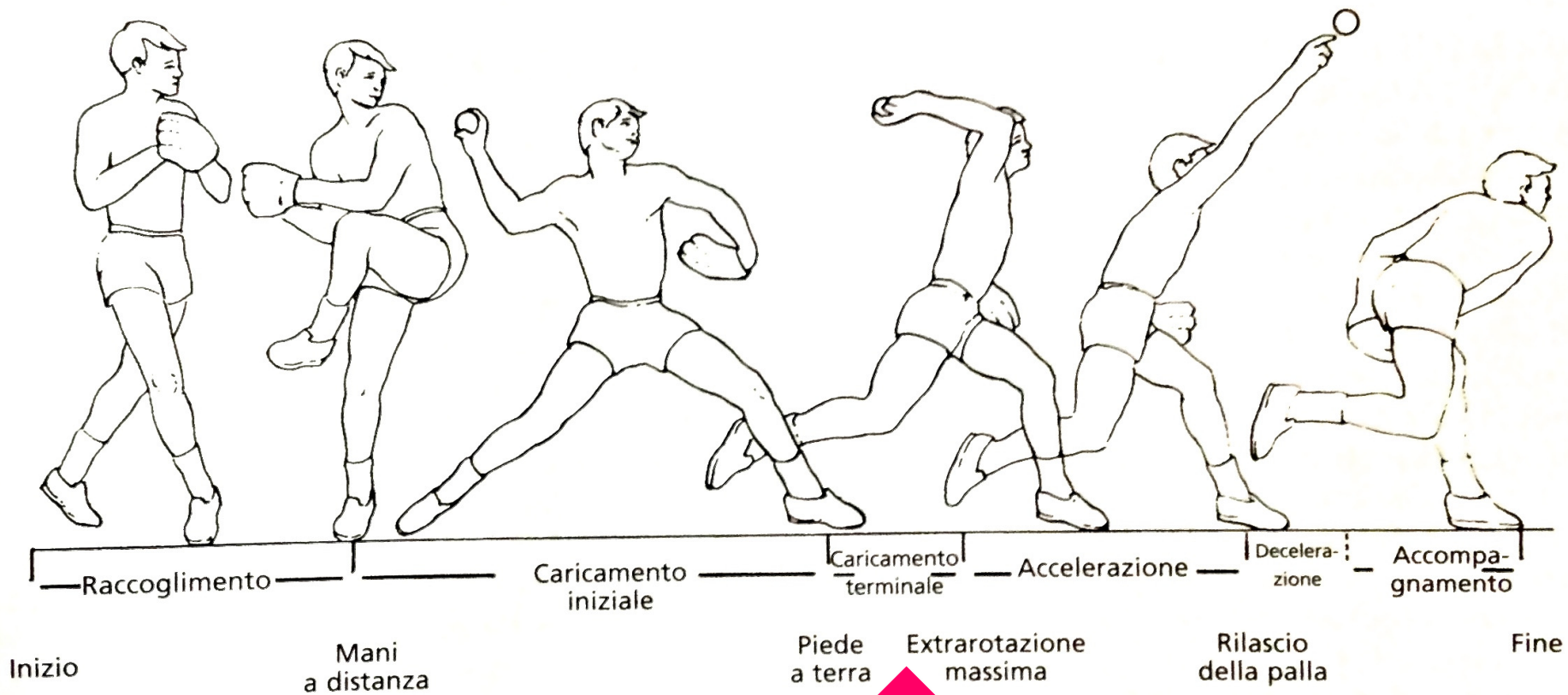
# LA SPALLA del LANCIATORE



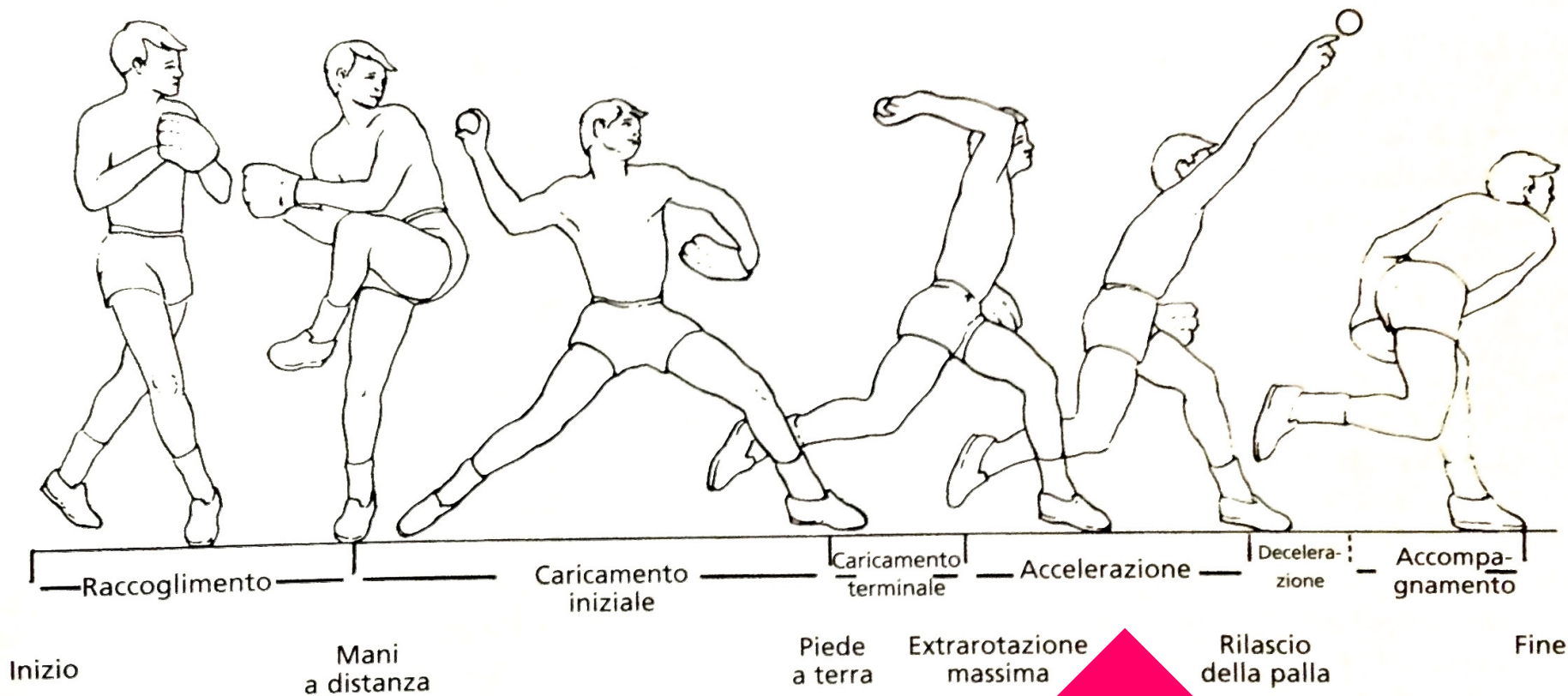
Prodotto di coordinazione tra catene cinematiche degli arti inferiori e superiori



ABDUZIONE-EXTRAROTAZIONE



**AUMENTO EXTRAROTAZIONE  
EMG: picco di forza della cuffia**



**AUMENTO ATTIVITÀ INTRAROTATORI**  
Gran pettorale, Gran Dorsale  
Sottoscapolare nei professionisti  
Cuffia e bicipite nei dilettanti

# Valutazione osteopatica

- Valutazione articolazione clavicola sternale e acromion clavicolare
- Compressioni cervicali
- Valutazione mobilità cervicale
- Valutazione mobilità dorsale
- Valutazione atm e muscolatura interna
- Valutazione vascolare e neurologica
- Test kinesiologici

# Trattamento osteopatico

- Riduzione delle lesioni osteopatiche in assenza di patologie importanti ortopediche, vascolari e neurologiche
- Trattamento C3,C4,C5(nervo frenico)>diaframma,pericardio e pleura
- Trattamento C7/T1
- Trattamento fasciale
- Trattamento cranio sacrale e viscerale
- Trattamento della cervicale
- Trattamento della dorsale alta

# GOLF



Durante il caricamento dello swing, arto non dominante intraruotato in adduzione forzata (fino a 2000 volte/week in un professionista)

Sovraccarico AC, artrosi AC

Impingement sottoacromiale

Lesioni cuffia

Instabilità posteriori spalla non dominante



# SWING “ADDRESS”

La flessione del busto deve avvenire lordotizzando la colonna lombare altrimenti si determina un sovraccarico dei dischi lombari.

# BACK SWING

IMPUGNATURA SCORRETTA:  
patologie infiammatorie polso-mano

Una presa troppo stretta può sovraccaricare i muscoli epicondiloidei e quindi determinare una epicondilite

L'elevazione eccessiva delle spalle può indurre un impingement sub-acromiale;

Il tratto lombare si trova in torsione e quindi PER i soggetti lombalgici può essere fonte di dolore acuto e improvviso.

# DOWN SWING

Distrazioni muscolari degli addominali possono verificarsi con una eccessiva rotazione del busto;

Lo spostamento del carico sulla gamba sx può creare patologie a carico dell'anca o del ginocchio

Errori di impugnatura o di esecuzione del gesto tecnico possono causare l'epicondilite e/o l'epitrocleeite;

Il polso e la mano possono essere sede di lesione nel caso in cui si colpisca inavvertitamente il terreno o vi sia un'eccessiva flessione/estensione del polso;

# FOLLOW THROUGH

**“Follow-through”** La struttura capsulo-legamentosa della spalla e la cuffia dei rotatori sono sottoposti ad uno stress molto elevato;

Infortuni alle anche e alla regione lombare possono verificarsi durante una decelerazione troppo brusca del movimento

Qualora il piede rimanga eccessivamente ancorato al suolo possono verificarsi traumi distorsivi al ginocchio sx sino alla possibile rottura del legamento crociato anteriore.

# Trattamento osteopatico, prima e dopo competizione

## TRATTAMENTO PRIMA

- Valutazione vari distretti e comprensione sul cosa trattare (più un lavoro di valutazione, di warm up e massoterapico)

## TRATTAMENTO DOPO

- Valutazione analitica e sintetica, e trattamento di ripristino della sinergia, soprattutto con visione cranio sacrale e viscerale

# OSTEOPATIA

- Come il grande A. J. STILL diceva, il compito dell'osteopata deve essere trovare la salute in modo personalizzato, individuale per ciò che il soggetto ha bisogno
- Aggiungo che non basta essere i migliori osteopati manualmente, ma bisogna essere dei grandi conoscitori di chi abbiamo davanti e di ciò che ha bisogno
- PROFESSIONALITA', UMANITA' ED EMPATIA

**GRAZIE**