



Infortunio Alcaraz, il medico-fisiatra: «Polso anello debole dei tennisti»•

Descrizione

(Adnkronos) «Il mondo del tennis in ansia per l'infortunio al polso di Carlos Alcaraz. Il tennista spagnolo si è presentato ai Laureus Awards di Madrid con un vistoso tutore al polso destro, dopo il problema che lo ha costretto al ritiro prima dall'ATP 500 di Barcellona e poi dal Masters 1000 di scena nella capitale spagnola, dove Jannik Sinner punta ad allungare al primo posto del ranking ATP. Il tennis moderno ha subito una trasformazione radicale nel corso degli ultimi 2 decenni. Questo anche grazie ai progressi ingegneristici nella tecnologia delle racchette, divenute significativamente più leggere, aerodinamiche e rigide. Tuttavia, se da un lato queste innovazioni tecnologiche hanno innalzato il livello di spettacolarità, intensità e competitività del gioco, dall'altro hanno imposto carichi biomeccanici estremi sul sistema muscolo-scheletrico degli atleti, con particolare incidenza sulle articolazioni dell'arto superiore. Notevole impatto poi legato anche alle diverse tecniche di impugnatura, estremizzate per favorire accelerazione e rotazione della pallina». E' un'analisi per Adnkronos Salute di Andrea Bernetti, professore ordinario di Medicina fisica e riabilitativa all'Università del Salento e segretario generale della Simfer (Società italiana di medicina fisica e riabilitativa).

Il polso, in particolare, funziona come l'ultimo anello di una catena biomeccanica, incanalando la forza massimale generata dalla spinta degli arti inferiori, dalla torsione del tronco e dall'accelerazione della spalla direttamente nel telaio della racchetta nell'esatto momento dell'impatto, illustra Bernetti. La letteratura scientifica riporta tassi di infortunio complessivi che variano da 0,05 a 2,9 infortuni per giocatore all'anno, o da 0,04 a 3,0 infortuni ogni 1.000 ore di gioco. Sebbene le patologie a carico degli arti inferiori (caviglia e ginocchio) mantengano il primato in termini assoluti, gli infortuni all'arto superiore rappresentano una quota critica. Dati elaborati dalla Mayo Clinic indicano in modo allarmante che circa il 30% di tutte le patologie dell'arto superiore nei tennisti riguarda specificamente l'articolazione del polso. In questo scenario, il lato ulnare (lato del mignolo) del polso, dove ci sono strutture come il tendine dell'estensore ulnare del carpo e la fibrocartilagine triangolare, diviene il principale capolinea dove si abbattano le forze di taglio. Una considerazione molto importante, inoltre, è quella relativa alla gestione del calendario agonistico nel tennis professionistico che mette i tennisti a rischio di sovraccarico funzionale».

Il caso di Carlos Alcaraz sembrerebbe essere emblematico da questo punto di vista. Pur non conoscendo con precisione le caratteristiche dell'infortunio dello spagnolo, precisa il medico-

fisiatra â?? sicuramente possiamo affermare come si sia presentato al torneo Atp 500 di Barcellona reduce da un intenso e riavvicinato dispendio di energie fisiche e nervose. Infatti, meno di 48 ore prima del suo esordio sulla terra battuta catalana lo spagnolo aveva disputato una faticosa finale al MonteCarlo Masters, subendo una sconfitta per mano di Jannik Sinner. Con cosÃ poco riposo, il tempo fisiologico necessario per lo smaltimento dei prodotti tossici del sovraccarico fisico e per il recupero microstrutturale praticamente non câ??Ã stato. Il che ha portato allâ??infortunio. Fra lâ??altro lo scorso anno aveva commesso lo stesso errore, infortunatosi con tempistiche simili. Stavolta giÃ durante il match di primo turno ha mostrato evidenti segni di sofferenza fisica fin dalle battute iniziali. Infatti, nel corso del primo set, Alcaraz ha iniziato a toccarsi ripetutamente il polso destro, fino a richiedere formalmente lâ??interruzione del gioco e lâ??intervento del fisioterapista in campo. La gravitÃ della situazione Ã emersa la mattina successiva, a seguito di indagini diagnostiche strumentali che hanno indotto lo staff sanitario del giocatore a decidere per il ritiro immediato dal torneoâ?•.

PerchÃ© il tutore al polso destro? â??Eâ?? utilizzato per impedire qualsiasi movimento in grado potenzialmente di aggravare una lesione che dovrÃ essere monitorata con prossimi accertamenti. Infatti, lâ??impatto clinico si Ã esteso oltre lâ??evento catalano, forzando Alcaraz al ritiro anche dallâ??imminente Madrid Open, e mettendo in serio dubbio la sua partecipazione agli Internazionali dâ??Italia a Roma e, forse, al Roland Garrosâ?•, conclude Bernetti.

â??

sport

webinfo@adnkronos.com (Web Info)

Categoria

1. Comunicati

Tag

1. Ultimora

Data di creazione

Aprile 21, 2026

Autore

redazione