

Lâ??esordio di Sinner a Wimbledon, lâ??analisi del medico-fisiatra: â??Lâ??erba aumenta cadute e infortuniâ?•

Descrizione

default watermark

(Adnkronos) â??
Esordio con brividi, caduta e rimonta per Jannik Sinner a Wimbledon 2026. Durante il match contro Kecmanovic, il campione italiano ha fatto trattenere il fiato a milioni di tifosi. â??Fortunatamente il campione azzurro si Ã¨ rialzato e ha continuato a giocare, nonostante un evidente sanguinamento sulla superficie laterale dellâ?? avampiede dx che perÃ² era dovuto a un problema ad unâ??unghia come ha rassicurato subito al termine del match. Queste cadute avvengono piÃ¹ frequentemente nel passaggio dalla stagione su terra battuta a quella su erba, il motivo non risiede solo nella tecnica del giocatore, ma nella biomeccanica del contatto tra suola della calzatura e superficie di gioco specialmente al passaggio stagionale da una superficie allâ??altraâ?•. Lo spiega allâ??Adnkronos Salute il medico-fisiatra Andrea Bernetti, professore ordinario di Medicina fisica e riabilitativa allâ??UniSalento e segretario generale della Simfer (SocietÃ italiana di medicina fisica e riabilitativa).

â??La letteratura scientifica ha messo in evidenza chiaramente come le superfici influenzino drasticamente il tasso di infortuni. Infatti, mentre sulla terra rossa lâ??incidenza degli infortuni Ã¨ la piÃ¹ bassa in assoluto (circa il 3,5% per match), lâ??erba ha un coefficiente di smorzamento diverso e, soprattutto, un attrito estremamente variabile. Lâ??umiditÃ , lâ??usura del campo vicino alla linea di fondo e la natura stessa del manto erboso rendono la superficie instabile â?? avverte Bernetti â?? Sullâ??erba infatti i giocatori devono piantare il piede per cambiare direzione rapidamente e quando il piede, invece di fare presa, scivola inaspettatamente, si rischia appunto di cadere. Il motivo Ã¨ controintuitivo, la terra permette una scivolata â??controllataâ??. Infatti, quando un tennista frena su terra, la superficie cede leggermente e il piede scivola in modo fluidoâ?•.

Invece sullâ??erba lâ??aderenza puÃ² venir meno allâ??improvviso, come nel caso di Sinner. â??La perdita improvvisa di aderenza porta spesso a una brusca iperestensione del ginocchio o a distorsioni della caviglia. Inoltre â?? aggiunge â?? il tentativo disperato di recuperare lâ??equilibrio puÃ² causare anche problematiche muscolari. Senza considerare come, quando la caduta diventa inevitabile, il riflesso incondizionato Ã¨ quello di parare il colpo con le mani per proteggersi con il rischio di traumi anche a livello del polso e della spallaâ?•.

Il calendario tennistico â??concede pochissime settimane per adattare il corpo dalla terra di Parigi allâ??erba di Londra. Dal punto di vista preventivo, il lavoro da fare Ã¨ enorme â?? suggerisce il medico-fisiatra â?? Si lavora sulla propriocezione, ovvero la capacitÃ del sistema nervoso di percepire la posizione del corpo nello spazio e sulla reattivitÃ . I tennisti devono riprogrammare i loro movimenti per un gioco piÃ¹ basso e reattivo. Anche lâ??equipaggiamento Ã¨ vitale. Le scarpe da terra rossa presentano una suola a spina di pesce per favorire lo scivolamento controllato. Invece le scarpe da erba sono dotate di una suola piatta ricoperta da piccoli tacchetti in gomma, progettati specificamente per penetrare il manto erboso e fare presa sulla terra sottostante, riducendo al minimo il rischio di cadute da carenza di aderenzaâ?•.

â??Sicuramente â?? conclude â?? tutti aspetti ampiamente considerati dal team di Sinner, che probabilmente sarÃ caduto per le caratteristiche intrinsecamente insidiose del manto erboso. Speriamo che il piccolo contrattempo non abbia creato conseguenze particolari, ci auguriamo che il campione prosegua il torneo fino in fondoâ?•.

â??

sport

default watermark

webinfo@adnkronos.com (Web Info)

Categoria

1. Comunicati

Tag

1. Ultimora

Data di creazione
Giugno 30, 2026
Autore
redazione