



L' esordio di Sinner a Wimbledon, l' analisi del medico-fisiatra: l' erba aumenta cadute e infortuni•

Descrizione

(Adnkronos) •

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. Fortunatamente il campione azzurro si è rialzato e ha continuato a giocare, nonostante un evidente sanguinamento sulla superficie laterale dell' avampiede dx che per² era dovuto a un problema ad un' unghia come ha assicurato subito al termine del match. Queste cadute avvengono più¹ 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 all' altra•. Lo spiega all' Adnkronos Salute il medico-fisiatra Andrea Bernetti, professore ordinario di Medicina fisica e riabilitativa all' UniSalento e segretario generale della Simfer (Società italiana di medicina fisica e riabilitativa).

La letteratura scientifica ha messo in evidenza chiaramente come le superfici influenzino drasticamente il tasso di infortuni. Infatti, mentre sulla terra rossa l' incidenza degli infortuni è la più¹ bassa in assoluto (circa il 3,5% per match), l' erba ha un coefficiente di smorzamento diverso e, soprattutto, un attrito estremamente variabile. L' umidità, l' usura del campo vicino alla linea di fondo e la natura stessa del manto erboso rendono la superficie instabile • avverte Bernetti • Sull' 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 è controintuitivo, la terra permette una scivolata • controllata•. Infatti, quando un tennista frena su terra, la superficie cede leggermente e il piede scivola in modo fluido•.

Invece sull' erba l' aderenza può² venir meno all' improvviso, come nel caso di Sinner. La perdita improvvisa di aderenza porta spesso a una brusca iperestensione del ginocchio o a distorsioni della caviglia. Inoltre • aggiunge • il tentativo disperato di recuperare l' equilibrio può² causare anche problematiche muscolari. Senza considerare come, quando la caduta diventa inevitabile, il riflesso incondizionato è quello di parare il colpo con le mani per proteggersi con il rischio di traumi anche a livello del polso e della spalla•.

Il calendario tennistico concede pochissime settimane per adattare il corpo dalla terra di Parigi all'erba di Londra. Dal punto di vista preventivo, il lavoro da fare è enorme suggerisce il medico-fisiatra. Si lavora sulla propriocezione, ovvero la capacità del sistema nervoso di percepire la posizione del corpo nello spazio e sulla reattività. I tennisti devono riprogrammare i loro movimenti per un gioco più basso e reattivo. Anche l'equipaggiamento è 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 aderenza.

Sicuramente conclude tutti aspetti ampiamente considerati dal team di Sinner, che probabilmente sarà 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 fondo.

sport

webinfo@adnkronos.com (Web Info)

Categoria

1. Comunicati

Tag

1. Ultimora

Data di creazione

Giugno 30, 2026

Autore

redazione