



Sinner e il sensore al glucosio: “Sempre più usato nello sport, cosa è” e a cosa serve?

Descrizione

(Adnkronos) “

Come sta Jannik Sinner? Il tennista azzurro ha ripreso gli allenamenti a Montecarlo in vista di Wimbledon 2026, torneo a cui arriverà da campione in carica, ed è sceso in campo nel Principato con un sensore del glucosio. “Ha fatto molto discutere l’immagine di Jannik Sinner con un piccolo dischetto bianco sul braccio, sollevando dubbi e preoccupazioni. In realtà si tratta di un sensore per il monitoraggio continuo del glucosio (Cgm), lo stesso strumento originariamente nato in ambito diabetologico, ma oggi ampiamente sfruttato anche nello sport di elite”, racconta 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).

Il medico ha quindi spiegato cosa è, come funziona e a cosa serve il “cerotto” apparso sulla pelle del numero 1 del tennis mondiale: “Questo dispositivo, che legge i livelli di glucosio nel fluido interstiziale sottocutaneo permette agli atleti di avere un dato in tempo reale sul metabolismo energetico durante gli sforzi prolungati, evitando i cali glicemici e consentendo anche di personalizzare l’assunzione di carboidrati. Il campione italiano non vuole lasciare nulla al caso visto il recente problema accusato al Roland Garros”, sottolinea Bernetti.

Per questo Sinner “sta sfruttando ogni mezzo messo a disposizione dalla medicina moderna per avere una visione globale del proprio stato fisico, soprattutto durante lo sforzo”. Il device immortalato in alcune delle immagini più recenti non deve destare preoccupazione e non significa che l’atleta soffra di diabete, rassicura l’esperto. Per usare il sensore non bisogna essere per forza malati: “Da questo punto di vista”, sottolinea il medico-fisiatra “la letteratura scientifica conferma l’utilità di questa pratica anche nei soggetti sani, come evidenziato da una revisione scientifica del 2022, la quale ha dimostrato che il monitoraggio continuo della glicemia aiuti a ottimizzare le strategie nutrizionali e a migliorare il recupero”.

E guardando al futuro, il controllo in real time dello zucchero nel sangue è solo l’inizio di un monitoraggio a 360 gradi su cui la ricerca sta lavorando. Una sorta di “Grande Fratello” della salute dei campioni. “Potremmo assistere ad una rivoluzione tecnologica ben più ampia”,

prospetta infatti Bernetti. Sono già oggetto di sperimentazione biosensori indossabili per analisi del sudore. Dispositivi sotto forma di micro-cerotti o tecno-tatuaggi temporanei, dotati di canali microscopici, che non si limitano all'analisi del glucosio, ma analizzano in tempo reale una moltitudine di biomarcatori direttamente dalla sudorazione dell'atleta. Come ad esempio il lattato per individuare la transizione verso il metabolismo anaerobico, il sodio e il potassio per prevenire la disidratazione profonda e i crampi muscolari, dispositivi persino in grado di effettuare il monitoraggio dei livelli di cortisolo (ormone dello stress) per scongiurare il rischio di sindrome da sovrallenamento, elenca lo specialista.

In questo modo conclude il fisico dell'atleta verrebbe monitorato da quasi ogni punto di vista, permettendo di avere informazioni essenziali e predittive per adottare ogni strategia possibile per la massima espressione della performance atletica.

?

sport

webinfo@adnkronos.com (Web Info)

Categoria

1. Comunicati

Tag

1. Ultimora

Data di creazione

Giugno 18, 2026

Autore

redazione

default watermark