



# FRATTURE MINORI DEL PIEDE NELLA PRATICA SPORTIVA DELL'HOCKEY SU GHIACCIO. TRATTAMENTO E RIPRESA DELL'ATTIVITA' AGONISTICA

Daniel Di Mattia<sup>1,2</sup>, Massimo Bussone<sup>2,3</sup>,  
Gianvito Carbone<sup>2,4</sup>

1. ASST Fatebenefratelli – Sacco, Divisione di Cardiocirurgia, Milano.
2. FMSI. Istituto di Medicina dello Sport. Milano.
3. Hockey Milano Rossoblù. Milano.
4. ASST Melegnano e Martesana.
4. Istituto Clinico Città Studi. Milano.



AMSD MILANO

## SCOPO DEL LAVORO

Le falangi sono spesso soggette a fratture: durante lo svolgimento delle attività quotidiane, oppure durante il lavoro, o durante l'attività sportiva (evento molto frequente nella pallavolo, nel basket, nel calcio, nel rugby e nell'hockey). Questa tipologia di frattura è un evento molto comune e la falange che tende a fratturarsi più di frequente è l'alluce o I dito anche se anche le altre quattro possono comunque fratturarsi dopo aver ricevuto dei forti colpi. In questo lavoro si vuole sottolineare il differente trattamento e la ripresa dell'attività agonistica con tempi diversi a seconda dello sport praticato.



## MATERIALI E METODI

La frattura delle falangi dei piedi si manifesta con una sintomatologia dolorosa, con gonfiore e difficoltà nella deambulazione. A volte si manifesta un bruciore fastidioso a livello dell'unghia.

I sintomi più comuni della frattura del quinto dito del piede sono il dolore al piede nella parte esterna e la rigidità circostante. Generalmente si forma un ematoma e il piede gonfia, inoltre non si riesce ad appoggiare a terra il piede interessato. Vi è limitazione funzionale. Immediatamente si può intervenire applicando del ghiaccio sulla falange traumatizzata. La maggior parte dei trattamenti per le lesioni di minore gravità a carico dell'apparato muscolo-scheletrico segue un protocollo che viene comunemente abbreviato con R.I.C.E., dall'acronimo inglese che corrisponde a Rest (riposo), Ice (ghiaccio), Compression (compressione) ed Elevation (elevazione). Il trattamento viene effettuato con: applicazione topica di ghiaccio, solidarizzazione con nastro adesivo o cerotto, applicazione di tutore, antiinfiammatori, analgesici o antidolorifici, infiltrazione.

## RISULTATI

L'Atleta Alessandro Re, Capitano dell'Hockey Milano Rossoblù, dopo l'evento traumatico subito in gara ha sospeso l'attività su ghiaccio per 5 giorni ed applicazione di nastro di solidarizzazione. Ha ripreso l'attività su ghiaccio in 6<sup>a</sup> giornata con antiinfiammatori per os Ketorolac 10 mg 1 cpr. Ripresa dell'attività agonistica con partita in 7<sup>a</sup> giornata.

Prevista infiltrazione non somministrata. Rimozione nastro di solidarizzazione. Somministrazione di Ketorolac 10 mg 1 cpr 1 ora prima della gara. Somministrazione di Ketorolac 10 mg 1 cpr al primo intertempo.



## CONCLUSIONI

Dopo l'eliminazione dalla Champions League per mano del Real Madrid nel 2017, il Bayern Monaco ha perso Manuel Neuer per il resto della stagione. Nell'azione che al 5' del secondo tempo supplementare ha portato alla rete del provvisorio 3-2 per il Real Madrid, segnata da Cristiano Ronaldo, il portiere dei Bavaresi ha rimediato una frattura al piede sinistro. "Neuer è alle prese con un serio infortunio e resterà fuori per otto settimane", ha anticipato il presidente del Bayern Monaco Karl-Heinz Rummenigge. Di fatto resterà inattivo per più di quattro mesi. Al contrario il Suo Presidente, ai tempi della militanza nell'Internazionale, giocava con un dito del piede fratturato e infiltrato, utilizzando per il piede infortunato due numeri di scarpino in più per poterlo calzare a causa della tumefazione.

Re, Neuer, Rummenigge: stesso infortunio subito e ripresa dell'attività agonistica con tempistiche sensibilmente differenti. Queste storie cliniche confermano i differenti tempi di recupero da osservare per poter riprendere nuovamente un'attività sportiva di tipo agonistico determinati da: Psicologia dell'Atleta, Età, Ruolo e Tipologia di Sport.

