

Studi e Ricerche

la medicina non convenzionale e lo sport all'Hotel Palace di Prato

Convegno sport e salute 2016

Il Kinesio Taping Method... storia ed applicazioni

Patellofemorale Pain Syndrome: un approccio più globale

Convegno di medicina dello sport 2015

Maratonina di Prato... ci siamo!

DANIELE MEUCCI CAMPIONE EUROPEO MARATONA A PRATO

Il convegno medico organizzato dalla Associazione medico sportiva di Prato sulla maratonina di Prato

L'alimentazione del runner... 5 luoghi comuni da sfatare

appuntamento con la medicina sportiva e ciclismo il 20 novembre

CERTIFICAZIONE MEDICO SPORTIVA SUE CACS III

Convegno di medicina dello sport in collaborazione con i farmacisti all'Hotel Palace il 2 luglio

Medici sportivi a convegno all'Hotel Palace

Medici sportivi a convegno all'Hotel Palace

Appuntamento il 24 maggio con la medicina dello sport all'Hotel Palace di Prato

L'IMPORTANZA DELL'ALIMENTAZIONE NELL'ATLETA NUTRIZIONATO

Serata di aggiornamento sul Piede alla Medicsport

Serata con Gigliotti nella preparazione della Maratonina di Prato

Appuntamento con il Piede alla Medicsport

Anche quest'anno con le vacanze di Pasqua si rinnova l'appuntamento con la Maratonina di Prato

Appuntamento all'Hotel Palace per affrontare al meglio la Maratonina di Prato

convegno di Medicina dello sport ed emergenza sabato 15 febbraio al teatro Magnolfi di Prato

Come affrontare l'emergenza in campo sportivo?

Il ginocchio del podista

Convegno di medicina dello Sport alla Medicsport

Functional Movement Screen: innovativa metodologia di valutazione motorio-funzionale nelle disabilità

Il kinesiotaping... moda o realtà?

Legge Balduzzi sui certificati sportivi... ma che cosa?!

Parliamo di Fitwalking...

CONDROPATIE E INTEGRATORI

SPORT E STRESS OSSIDATIVO

INTEGRATORI NELLO SPORT INQUADRAMENTO

ALIMENTAZIONE... INTEGRATORI E INFORTUNI

INTEGRATORI ALIMENTARI

La Associazione Medico Sportiva di Prato alla Notte Bianca di Prato

L'ipotermia nel podismo

CONVEGNO DI MEDICINA DELLO SPORT... BENEFICI E DANNI DA

CONVEGNO SPORT E SALUTE A PRATO IL 28 FEBBRAIO

Medici e infermieri a rischio influenza! Ma attenzione il picco è in agguato per tutti!

Italiani... popolo di maratoneti

Le vibrazioni in medicina

AGLIO E CIPOLLE... STOP ALL'ARTROSI

Una vecchia nuova novità per l'atleta... i benefici di ghiaccio

Alimentazione dello sportivo: Alimentazione a pans e acqua

L'enciclopedia della fisioterapia strumentale

Correre fa bene al sesso?

ELEZIONI REGIONALI DELLA FMSI TOSCANA

Convegno Alimentazione e Infortuni all'Expo Firenze Marathon 2012

Serata sulla Lombardia alla Medicsport

Maratona di Firenze non solo corsa! Serata di spessore al Pantheon Prato sullo Sport integrato fra disabili e non disabili

La pubalgia... Il Congresso Nazionale Kinesioesoter

...ma il kinesiotaping funziona davvero?

Il ginocchio del runner

Viene confermato come presidente della Associazione Medico Sportiva di Prato il Dr. Luca Maggi

INFORTUNI NEL PODISTA -TENDINITE DELL'ACHILLEO

si è concluso con un gran successo il 2° CONGRESSO MONDIALE DI MEDICINA DELLO SPORT

Certificato medico sportivo per tutti?

CERTIFICATI PER L'ATTIVITA' SPORTIVA AMATORIALE

la corsa allunga la vita?!

L'ULTRAMARATONA...FA BENE O FA MALE?

Sport e fitness protagonisti al giardino Buonamici

CONSIDERAZIONI SUL DOPING

Gli atleti hanno una maggiore tolleranza al dolore?

Successo di partecipazione anche nel terzo incontro del ciclo Prevenzione e Sport

Siamo nati per correre?!

Doping: positivo 3% di atleti

Grande partecipazione anche alla seconda serata del ciclo informativo Prevenzione e sport

Grande soddisfazione della Ams Prato per la riuscita del 2° evento informativo del 7 e 8 maggio 2012

Chi corre vive più a lungo?

Prevenzione infortuni e il protocollo 11+

Quanti malori diventati tragedia nello sport?!

Le verifiche importanti... a partire dall'elettrocardiogramma per l'Atleta

Appuntamento con lo sport dall'8 maggio alla Villa Smiles di Montale

LA RIANIMAZIONE CARDIOPOLMONARE COME PREVENZIONE SECONDARIA

Appuntamento il 7 maggio con il CONVEGNO LA PREVENZIONE DEGLI INFORTUNI

NOVITA' seminario della SCUOLA DELLO SPORT CONI A FIRENZE IL 21 04 2012

La nuova frontiera del Doping... gli ORMONI PEPTIDICI

Chi può utilizzare il Defibrillatore Automatico?

Morosi... medici sportivi... una tragedia ma evitare allarmismi

La morte di un calciatore

GALANTI... SFATIAMO un mito... I controlli sugli sportivi in Italia non sono i migliori del mondo

LA DIETA A ZONA NEL BASKET

Il trauma cranico sportivo

traumi cranici recidivanti... quali conseguenze?

28 03 2012 ALLA MEDICALSPORT CORSO TEORICO PRATICO DI TRAZIONI LOMBARI ATTIVE

PER GLI ATLETI...Un bracciale per il cuore degli sportivi

Cosa è la Sindrome di Brugada?

Ma il pompelmo aiuta davvero a perdere peso?

Il massaggio... che toccassano!!!!

Il medico e il dramma di Muamba: «Morto per 75 minuti... Poi mi ha parlato»

la Medicsport sarà l'uno degli sponsor della MARATONINA DI PRATO 2012

CHI FA L'ORTO CONSUMA PIU' FRUTTA E VERDURA!!!

l'acqua... anche la memoria migliora!!!!

Colpo della strega... Italiani scoprono molecola responsabile

a che ritmo devo o posso correre al km?

Per un recupero ottimale lesioni dello sportivo non è necessario ricorrere " AI MAGHI "!!!!

La corsa nel cardiopatico

Hai un dolore? 7 puoi risolverlo con l'AUTOMASSAGGIO!!!

Correre nelle ore di buio... consigli per il podista

CRAMPI... Mamma mia che dolore!!!!

Il Ghiaccio... consigli per l'uso!

Riabilitazione delle amputazioni dell'arto inferiore

sport negli amputati di arto inferiore e superiora

valvolopatie e sport di squadra

Aritmie e sport di squadra

OBESITA' E SPORT DI SQUADRA

DIABETE E SPORT DI SQUADRA

Iperensione e sport di squadra

Il basket in carrozzina

2° incontro medicalsport INFORMA Funzionale movement systems

Le Disabilità negli sport di squadra: la cardiopatia

Le Disabilità negli sport di squadra

La laserterapia di ultima generazione... l'FPS system

15 dicembre 2011 Convegno

una terapia MISTERIOSA... LA CRM TERAPIA!!

NORMATIVE DELLA MEDICINA SPORTIVA NEL DISABILE

...l'improvvisa passione per la maratonina e il nuovo segno inesorabile del riconoscimento pre:

handicap e sport

handicap e sport 2 parte

STORIA DEL CIP COMITATO ITALIANO PARALIMPICO

Wheelchair rugby

Mamma mia!!!! Ho il bacino spostato!!!!

11 11 2011 Incontro alla Medicsport sulla nuova tecnica ARP THERAPY

...un dolore alla caviglia che non migliora... e se fosse una MIOSITIS GIGISFICANTE?

La laserterapia questa sconosciuta!!!!

Gli interpreti nello sport... questi sconosciuti!

Cosa sono gli OMEGA 3?

Lombalgie... meglio il pilates o il metodo mc Kenzie?

Un dolore al ginocchio un po' particolare... l'Hotfit!!!!

ARP THERAPY arriva dall'America! la nuova terapia che riduce i tempi di recupero da infortunio!!!

il podismo... sport popolato da atleti anziani!

l'influenza dei sali nell'insorgenza della tendinite rotulea

la rotula... questa sconosciuta!!!!

la sindrome del piriforme

SETTEMBRE TEMPO DI VISITE DI IDONEITA' SPORTIVA

il superallenamento

La fascite plantare... un problema sfiorato per tutti gli sportivi

IL PANE E LO SPORT... consigli per l'uso

Supplementazione con leucina durante esercizio fisico

va la zuccarella e "CAFFE" contro la fatica fisica... ma a quanto vale?

DOMS (delayed-onset muscle soreness) o DOLORE MUSCOLARE TARDIVO

Estate... la stagione della FRUTTA!

la Maratona

la maratonina

esercizi per la core stability

core stability

lo stretching

L'APPORTO IDRICO NELLO SPORTIVO

Le onde d'urto

Plantari si... plantari no?

Share

Per un recupero ottimale lesioni dello sportivo non è necessario ricorrere " AI MAGHI "!!!!

E' notizia di questi ultimi giorni che Usain Bolt, l'Olimpico 100 - e 200 metri, medaglia d'oro e primatista mondiale della Giamaica si è recato in Germania a Monaco di Baviera, per essere visitato dal dottor Hans-Wilhelm Muller-Wohlfahrt, che aveva trattato in precedenza il velocista per un infortunio alla schiena subito nel 2010

L'agente di Bolt, Ricky Simms in un'intervista al giornale inglese Daily Mail ha cercato di minimizzare e ha dichiarato che questa visita fa parte di un check-up ed ha pertanto negato che Bolt fosse colpito da un infortunio alla gamba a sei mesi dalle Olimpiadi.

(e questo è in contrasto con il fatto che il forte atleta si era ritirato nel corso di un meeting avvenuto lo scorso fine settimana a Kingston, Giamaica.)

Giorni prima dell'evento di Kingston, Bolt aveva dichiarato di come fosse "felice di essere sano", e il suo allenatore, Glen Mills, ha affermato che la visita in Europa è stato un viaggio d'affari

Ma chi è il dr Muller?

Il dr Muller-Wohlfahrt è una figura in qualche modo discutibile i cui metodi sono stati descritti come quelli usati da Frankenstein. In particolare fa uso di iniezioni di Actovegin, estratto di sangue di un vitello che migliora la circolazione e l'ossigeno e accelera la guarigione nell'uomo. L'importazione la vendita e l'uso di Actovegin è ora vietato negli Stati Uniti (dal luglio dello scorso anno) ma non è considerato doping e quindi non è vietato dall'Agencia mondiale antidoping, che ha dichiarato che è "a conoscenza del suo uso in alcuni sport, eventualmente in combinazione con altre sostanze che possono essere proibiti." La WADA ha dichiarato che l'uso della sostanza è sotto stretto controllo

Il dr Muller-Wohlfahrt ha trattato autentiche star internazionali dello sport tra cui Ronaldo, Paula Radcliff, Harry Kewell, Maurice Greene, Max Rooke (il giocatore di football australiano)Nel 2007 Geelong la squadra di Max Rooke ha speso una somma di \$ 20.000 per la terapia al suo giocatore affetto da uno strappo del bicipite femorale prima di una finale della AFL che peraltro è riuscito a giocare senza conseguenze) Nel 2008, Richmond ha invitato Mark Coughlan affetto da una tendinite cronica del tendine rotuleo del ginocchio in Germania dal dr Muller-Wohlfahrt Coughlan che durante la sua due-settimane di trattamento ha infiltrato 102 volte l'atleta con Actovegin

Nonostante i successi terapeutici i suoi metodi di trattamento per via iniettiva sono stati una volta descritti dal capo della Agenzia Anti-Doping degli Stati Uniti come esperimenti di tipo "Frankenstein" cioè ad alto rischio .

Anche se bollato come uno dei medici più controversi d'Europa, il dr Muller-Wohlfahrt ha sempre affermato che i suoi metodi sono in realtà non invasivi e a basso rischio

in passato il dr Muller-Wohlfahrt ha aperto il suo studio ai media e ha mostrato i suoi metodi di trattamento in particolare ha fatto vedere che i pazienti ricevono iniezioni multiple di miscele omeopatiche, lubrificanti, Actovegin e altri medicinali.

The Age che è un giornale quotidiano broadsheet pubblicato in Australia (Melbourne) in un articolo afferma che il talento del dr Muller-Wohlfahrt risiede nel modo in cui inietta i medicinali . " La prima serie di iniezioni è di tipo anestetico per non far piangere il paziente " dice il medico in un'intervista . " Poi in un secondo momento , innetto gli aghi nel muscolo e inietto tutte le miscele. No cortisoni, senza sostanze chimiche. Nessun effetto collaterale."

Il successo dei suoi metodi con gli atleti nasce dal fatto che è in grado di ridurre in maniera drastica il periodo di recupero delle lesioni muscolari (atleti colpiti da strappi muscolari che normalmente marginalizzano in un periodo di oltre sei settimane hanno richiesto solo due settimane per tornare a giocare

Ma l' Actovegin cosa è ?

è un ultrafiltrato ottenuto dal sangue di vitello che aumenta l'ossidazione aerobica nei mammiferi. Questo migliora l'assorbimento del glucosio e del consumo di ossigeno nei tessuti, che possono migliorare le prestazioni fisiche e la resistenza.

È uno dei farmaci più diffusi per il trattamento delle malattie cerebrovascolari e altri problemi di salute incluse anche le malattie reumatiche. La sua efficacia è collegato alle sue proprietà di ripristinare la composizione funzionale dei vari organi e sistemi.

Gli effetti dell' Actovegin

-aumenta la respirazione anaerobica dei tessuti

-riduce significativamente la progressione di diabete.

-attiva i processi metabolici dell'organismo

-esercita positivo effetto terapeutico in pazienti affetti da disturbi cerebrovascolari periferici per il miglioramento delle vascolarizzazione e lo sviluppo di circoli collaterali del sangue

-esercita l'azione immunomodulante.

- migliora la fornitura di ossigeno e diminuisce l'espressione di danni dei tessuti ischemici, contribuisce indirettamente alla sintesi delle proteine cellulari.

è usato per far trite reumatoidè, lupus eritematoso sistemico, sclerodermia sistemica e inoltre altre malattie reumatoidi.

Il farmaco migliora la qualità della vita nei pazienti con difetti cardiaci a lungo termine e insufficienza cardiaca cronica.

Actovegin è disponibile sul mercato farmaceutico più di 10 anni e per questo periodo dimostrato la sua elevata efficienza e sicurezza

l'Actovegin e sport

L'Actovegin fatto notizia 2009-2011, quando il medico sportivo canadese Anthony Callea è stato incaricato di fornire illegalmente atleti professionisti con una serie di sostanze dopanti tra cui l'Actovegin.

L'Actovegin proprio perché ha dimostrato di migliorare il trasporto di glucosio su una membrana plasmatica e l'assorbimento di ossigeno da parte dei tessuti puo' essere utile nello sport soprattutto per aumentare la velocità nel recupero sia delle lesioni traumatiche che delle microlesioni da usura

In tale senso questa sostanza è ALTAMENTE SOSPETTA ed ai limiti della pratica doping e interessa non solo che partica il nostro sport ma anche il ciclismo e gli altri sport

Significativa è l'inchiesta della magistratura francese delle scorso novembre che ha avuto negli ultimi giorni un'ampia eco e rischia di offuscare l'immagine immacolata di Armstrong. Si tratta, come al solito, di doping. Tutto ha inizio durante l'ultimo Tour de France. Dopo la tappa alpina di Morzine, alcuni giornalisti dell'emittente pubblica francese TF3 vedono delle persone nella zona riservata alla US Postal, squadra di Armstrong, intente a raccogliere sacchi di plastica "sospetti". Le seguono fino al luogo in cui il materiale viene gettato via e filmano tutto. All'interno dei sacchi trovano molti farmaci, tra cui secondo "Le Monde", l'Actovegin, prodotto della casa farmaceutica Nycomed, che per il settimanale satirico francese "Le Canard enchaîné" avrebbe effetti simili all'EPO. Secondo le informazioni che abbiamo raccolto, l'Actovegin è un farmaco, estratto dal sangue di vitello, utilizzato soprattutto in Russia. Tecnicamente è un "nootropo", cioè migliora lo stato funzionale delle cellule nervose, potenziando il trasporto e l'utilizzazione dell'ossigeno e del glucosio e attivando le vie aerobiche del metabolismo. In certi ambienti medici i "nootropi" sono anche definiti "smart drugs", ovvero sostanze che migliorano la concentrazione, la memoria, i tempi di reazione, che hanno effetti "energetici" sull'organismo, senza però essere dannose per la salute. Simile all'EPO? Non è dimostrato. Quel che è certo è che l'Actovegin non figura nella lista dei prodotti proibiti dall'UCI (Unione Ciclistica internazionale).

Da lì i magistrati sono partiti all'attacco e in particolare il giudice della procura di Parigi, Sophie Hélén Chateau, andrà in fondo a questa faccenda.

Molte volte gli sportivi presi dall'ansia di recuperare in fretta da infortuni e lesioni si lascia convincere , (spesso consigliati dal solito amico "turbo " o peggio dal manager) a rivolgersi a personaggi quanto meno discutibili che spesso non hanno la minima competenza specifica : i cosiddetti maghi !

Ma in realtà la magia non c'entra niente !!! E spesso l'atleta in mano a questi personaggi rischia veramente di compromettere la salute

Esistono nell'ambito del recupero delle regole certe dalle quali non si puo' prescindere che devono essere programmate e applicate solo quando le misure naturali cominciano a rallentare la loro azione e che riguardano

Recupero attivo misure attive il cui impiego, immediatamente dopo il carico, permette di abbreviare il tempo di recupero.

• lavoro aerobico leggero (meglio se effettuato in acqua), per accelerare il rifornimento di ossigeno, per migliorare il catabolismo (e per incrementare la produzione di endorfine

• ginnastica per l'area dorso-lombare e addominale

• allungamento muscolare, evitando di raggiungere la soglia del dolore, e posture per migliorare la contrattilità della muscolatura accorciata dalla prolungata attività (da effettuarsi, due volte la settimana)

Massaggio defaticante per rimuovere le scorie metaboliche, ristabilire il tono muscolare e svolgere un'azione sedativa sul sistema nervoso vegetativo.

Chiroterapia e osteopatia si applicano per ottenere l'allungamento muscolare, l'inibizione dei recettori del dolore, il ripristino del metabolismo delle strutture articolari, la riduzione delle compressioni articolari e l'armonizzazione delle tensioni muscolari

Lavoro sulla core stability e sulla propriocezione

Importante è il lavoro sui muscoli del tronco e del bacino detto Core che essendo centrale alla Catena Cinetica il suo rinforzo, equilibrio e mobilità renderà efficiente la funzione della Catena Cinetica degli arti superiori e inferiori

Balneoterapia

Idromassaggio (che non si deve mai effettuare a meno di 48 ore dal carico, in quanto potrebbe provocare un notevole affaticamento) e sauna (che stimola il sistema

Terapie fisiche

La termoterapia (pertermia , tecarterapia)è una cessione di energia sotto forma di calore ai tessuti che quindi vengono facilitati nel recupero per l'aumento della vascolarizzazione locale che si verifica

smart terapia e zamarterapia in cui si ha un'alternanza di caldo e freddo che produce un miglioramento delle reazioni vascolari

Laserterapia

La luce polarizzata cede una quantità importante di energia ai tessuti che la utilizzano per aumentare le proprie capacità trofiche Particolarmente efficace è la laserterapia multifrequenza ad alta energia chiamato Fp3 sistem

Elettroterapia

Il recupero mediante elettrostimolazione neuromuscolare è efficace anche se va eseguito in maniera adeguata. Nel campo della elettroterapia da ricordare il metodo Aro che accelera in maniera drastica il recupero muscolare

l'agopuntura e le tecniche di autoriassamento.

Sonno

Il sonno (e la creazione di condizioni a esso favorevoli) rappresenta una risorsa

preziosa per ottenere un migliore livello di recupero.

Importanza dell'alimentazione

-ripristino delle riserve di glicogeno che si riducono nello sforzo - il glucosio, il saccarosio e le maltodestrine.

il reintegro di liquidi (acqua e Sali minerali) deve essere evitata l'assunzione di acqua p