

Indice

Capitolo 1

Regolamenti 1

Pasquale Tamburrino, Rosario D'Onofrio

Popolazione sportiva	1
Terminologia	3
Incidenza.....	4
Libera Associazione Medici Italiani del Calcio	4
Il medico in campo: disposizioni FIGC.....	6
Emergenze sul campo: uso del defibrillatore	8
Bibliografia	10

Capitolo 2

Organizzazione del Settore Medico 11

Maria Grazia Rubenni

Organizzazione delle risorse umane	12
Organizzazione delle risorse materiali.....	14
La responsabilità.....	14
Bibliografia	16

Capitolo 3

La certificazione dell'idoneità sportiva..... 17

Maurizio Casasco

Introduzione.....	17
Cenni storici	17
La certificazione per l'attività sportiva agonistica	20
La certificazione per l'attività sportiva professionistica	26
La certificazione per l'attività sportiva non agonistica.....	28
La certificazione per l'attività sportiva ludico-motoria.....	31

La certificazione per l'attività di particolare ed elevato impegno cardiovascolare	31
Conclusioni	32
Bibliografia	32

Capitolo 4

Accertamenti nuovi giocatori 33

Piero Volpi, Giulia Carimati, Gian Nicola Bisciotti

Introduzione.....	33
Protocollo standard	34
Valutazione funzionale.....	37
Bibliografia	38

Capitolo 5

Valutazione ematologica..... 39

Giovanni Lombardi, Giuseppe Banfi

Tempi e modi di valutazione ematologica	39
L'esame emocromocitometrico	39
Variazioni ematologiche nel calciatore.....	42
Metabolismo del ferro	42
Supplementazione con ferro	44
Bibliografia	45

Capitolo 6

Le emergenze nel calcio 47

Furio Zucco

Aspetti generali	47
Integrazione dei servizi sanitari in caso di eventi calcistici e network locale per l'E/U territoriale	48

Aspetti clinici delle E/U nel calcio.....	48
Principi di organizzazione in caso di E/U in campo e nell'Area tecnica	56
Conclusioni	61
Bibliografia	62
Capitolo 7	
Doping e antidoping.....	65
<i>Walter Della Frera</i>	
Il doping.....	65
Il problema doping nella società moderna e le sue reali dimensioni	65
Perché ci si dopa?.....	66
La storia del doping nello sport	66
Integratori alimentari.....	67
La storia del doping nel calcio	67
La storia dell'antidoping	68
Organizzazione mondiale e italiana dell'antidoping	68
La Lista WADA 2018.....	70
Conclusioni	75
Bibliografia	75
Capitolo 8	
Nutrizione e supplementazione dietetica	77
<i>Luca Mondazzi</i>	
Introduzione.....	77
Come strutturare l'assistenza nutrizionale a una squadra di calcio.....	77
La dieta dei giorni di allenamento	81
Bibliografia	87
Capitolo 9	
Psicologia	91
<i>Giuseppe Vercelli</i>	
Psicologia dello Sport e della prestazione	91
Il Modello SFERA	92
Organizzare il lavoro: il Ciclo PDCA.....	93
Organizzare il lavoro: il Metodo PDCA	94
Esercizi in SFERA	99
Bibliografia	100
Capitolo 10	
Aspetti cardiologici.....	101
<i>Paolo Zeppilli, Francesco Cuccaro</i>	
Introduzione.....	101
Il modello funzionale del calcio e gli adattamenti cardiaci nei calciatori.....	102
L'EKG nel calciatore	105
Conclusioni	109
Bibliografia	109
Capitolo 11	
Epidemiologia	111
<i>Cristiano Eirale</i>	
Introduzione.....	111
Metodologia	112
Incidenza degli infortuni.....	113
Allenamento e partita	113
Infortuni recidivanti	113
Sede e tipo di lesione	114
Lesioni muscolari della coscia	115
Legamento crociato anteriore	115
Sindrome pubalgica	115
Distorsioni della caviglia	116
Fratture	116
Concussioni e traumi facciali	116
Eziologia degli infortuni.....	117
Fattori di rischio e trend evolutivi	117
Calcio femminile	117
Calcio giovanile.....	118
Malattie.....	119
Influenza degli staff medici sugli infortuni	119
Bibliografia	119
Capitolo 12	
Prevenzione.....	121
<i>Alessandro Corsini, Alessandro Quaglia</i>	
Gli infortuni muscolari:	
l'esempio degli hamstring	122
Traumi distorsivi di ginocchio:	
l'esempio del legamento crociato anteriore	126
Le distorsioni di caviglia.....	128
Il groin pain o "pubalgia".....	130
Conclusioni	134
Bibliografia	135

Capitolo 13**Le lesioni muscolari..... 139***Piero Volpi, Gian Nicola Bisciotti*

Introduzione	139
Eziopatogenesi	140
Imaging.....	140
Classificazione	141
La valutazione clinica delle lesioni muscolari	146
Il trattamento conservativo delle lesioni muscolari.....	147
Le terapie mediche	149
Terapie rigenerative.....	149
Il trattamento chirurgico delle lesioni muscolari	150
Complicanze	150
Conclusioni	151
Bibliografia	151

Capitolo 14**Lesioni da sovraccarico 153***Nicola Maffulli, Rocco Aicale, Domiziano Tarantino,
Lorenzo Moretti, Biagio Moretti*

Introduzione.....	153
Effetti di un'alterata risposta infiammatoria	154
Fattori molecolari nelle lesioni da sovraccarico	155
Tendinopatie: considerazioni e management	156
Reazioni da stress e fratture da stress	158
Campi elettromagnetici pulsanti e onde d'urto	161
OsteoCondrite Dissecante Giovanile (OCDG).....	162
Conclusioni	163
Bibliografia	164

Capitolo 15**Lesioni della spalla 171***Giacomo Delle Rose, Mattia Loppini, Mario Borroni,
Alessandro Castagna*

Epidemiologia	171
Tipi di infortunio.....	172
Terapia	173
Prevenzione.....	173
Bibliografia	174

Capitolo 16**Lesioni dell'anca 177***Raul Zini, Manlio Panasci*

Lesioni traumatiche del labbro acetabolare	177
Impingement femoro-acetabolare.....	179

Conclusioni	183
Bibliografia	184

Capitolo 17**Lesioni del ginocchio..... 187***Pier Paolo Mariani, Giacobbe Marco,
Iannella Germano*

Lesioni meniscali.....	187
Legamento crociato anteriore	190
Legamento collaterale mediale.....	193
Diagnosi e sintomi.....	193
Legamento crociato posteriore.....	194
Legamento collaterale laterale e complesso capsulo-legamentoso postero-laterale	196
Bibliografia	197

Capitolo 18**Lesioni della caviglia 199***Antonio Zanini, Manuel Bondi,
Pierfrancesco Bettinsoli, Andrea Pizzoli*

Introduzione ed epidemiologia	199
Anamnesi ed esame obiettivo.....	200
Diagnostica strumentale.....	200
Classificazioni	200
Il consulto multidisciplinare.....	201
Il trattamento conservativo.....	202
Instabilità di caviglia e dolore cronico residuo	203
Lesioni condrali degenerative	206
Ritorno allo sport.....	207
Bibliografia	208

Capitolo 19**Medicina rigenerativa 211***Enrico Castellacci, Serena Tripoli, Nadia Martini*

Introduzione.....	211
Ruolo dei fattori di crescita e principali concetti sulle cellule staminali mesenchimali (adulte) autologhe	212
Protocolli e utilizzo	215
Utilizzo delle cellule staminali in ortopedia e traumatologia.....	219
Terapia paziente-specifica in Medicina dello Sport	220
Cenni normativi	221
Conclusioni	222
Bibliografia	222

Capitolo 20**Aspetti del calcio femminile 225***Matteo Guzzini, Andrea Ferretti*

Cenni storici	225
Differenze di genere	226
Epidemiologia	226
Fattori di rischio ormonali.....	227
Fattori anatomici	227
Prevenzione.....	228
Trattamento delle lesioni del legamento crociato anteriore e nostro orientamento	229
Bibliografia	231

Capitolo 21**Aspetti del calcio giovanile..... 233***Giulia Carimati, Marco Galli,**Fabio Tosi, Piero Volpi*

Introduzione.....	233
Traumatismi nel calcio giovanile.....	233
Traumi da sovraccarico.....	236
Conclusioni	237
Bibliografia	237

Capitolo 22**Materiali: superfici di gioco, calzature
e relazione tra suola e terreno..... 239***Gianluca Melegati, Davide Tornese,**Mirko Mutti, Nicolò Vitale*

Introduzione.....	239
Superfici di gioco	239
Infortuni e superfici	241
Calzature sportive.....	243
Conclusioni	245
Bibliografia	246

Capitolo 23**Ritorno allo sport..... 247***Gian Nicola Bisciotti, Piero Volpi*

Introduzione	247
--------------------	-----

Appropriatezza del termine RTP	247
I principi di base del RTP	247
I principi di base del RFPTC	248
Evidenze su RTP e RFPTC.....	249
Rischio a breve, medio e lungo termine	249
Il concetto di “rischio tollerabile”	249
Il PD del RTP e del RFPTC nelle lesioni muscolari indirette e nelle altre principali football injuries	252
Conclusioni	258
Bibliografia	259

Capitolo 24**La preparazione fisica 263***Ferretto Ferretti, Francesco Perondi*

Introduzione	263
Evoluzione della metodologia dell’allenamento nel calcio	263
La prestazione del calciatore.....	264
Qualità metaboliche e prestazione	265
La periodizzazione.....	268
Allenamento delle qualità aerobiche	269
Allenamento della forza.....	273
Carico e recupero	279
Il calcio femminile	281
Bibliografia	284

Capitolo 25**Le vaccinazioni nel calcio 287***Marino Faccini, Anna Lamberti,**Sabrina Senatore*

Introduzione	287
Vaccini e vaccinazioni: aspetti generali e di buona pratica vaccinale	287
Razionale per la profilassi vaccinale nel calcio	291
Malattie infettive e vaccini.....	291
Norme di profilassi per viaggi internazionali.....	296
Bibliografia	298

Indice analitico..... 301