

# Ars Medica Fisioterapia

## Fisioterapia tra élite e amatori



“Ero in Nigeria nel 2009 tra i fisioterapisti della Squadra Nazionale di Calcio Under 17 che, unica in Svizzera, ha vinto i Campionati del Mondo di Calcio U17. Il successo di un vero e proprio “gioco di squadra”, non solo fra i giocatori: la comunicazione interdisciplinare vincente, iniziata già a Malta nei 10 giorni di

preparazione al Mondiale, oltre che fra giocatori si è giocata pure tra fisioterapista, medici sportivi, allenatori e staff con discussioni e meeting quotidiani. In partita e in allenamento, i sempre vigili fisioterapista e medico presenti sono attenti a movimenti o contrasti potenzialmente pericolosi per poter intervenire tempestivamente in caso di infortunio perché, per intervenire, i primi secondi sono già decisivi”. Stefano Grosjean non ha bisogno di presentazioni: ha praticato diversi sport, finché il suo sogno d’atleta è interrotto da un incidente automobilistico che gli procura alcune fratture vertebrali. Un recupero

faticoso che però gli permette di coltivare la passione per la sua professione di fisioterapista. Nel 1995 si trasferisce in Svizzera, lavora presso FisioSport Minusio e comincia a collaborare con il Football Club Locarno occupandosi del recupero, ritorno sul campo e riabilitazione dei calciatori. Un lavoro che lo porta a diventare gerente di FisioSport Minusio e a seguire parecchi atleti di élite nelle diverse discipline. Ha inoltre l’opportunità di lavorare pure al Centro Cantonale di Medicina dello Sport a Tenero dove cura alcuni degli allievi della Scuola di Sportivi d’Elite. Due nomi bastano: “Noé Ponti è mio paziente da

quando aveva nove anni e dice che io conosco i suoi muscoli meglio di lui stesso”. E c’è pure Ricky Petrucciani: “Ora è a Zurigo ma lo curo da quando era piccolo; un ragazzo genuino, dalla grande forza di volontà”. Dal 2014 Stefano segue come fisioterapista la Nazionale Svizzera di Calcio U21 dove ha curato alcuni dei ragazzi, ora protagonisti della Nazionale maggiore nei Campionati Europei o del Mondo. Oggigiorno, con la U21 la comunicazione tra i vari attori dello staff medico e di quello tecnico è ancora più decisiva e determinante: gli atleti vengono monitorati con dispositivi GPS e test quotidiani e i dati sono analizzati

e discussi quotidianamente per anticipare efficacemente l’emergere di qualsiasi disagio. Quali le differenze nel prendersi cura di uno sportivo d’élite per rapporto allo sportivo amatoriale? “Per lo sportivo d’élite la fisioterapia ha altresì carattere preventivo e bisogna far sì che la fatica degli allenamenti sia ben recuperata e che il fisico sia in grado di resistere all’intensità degli sforzi successivi; lo scopo è giungere alla prestazione di alto livello senza interruzioni dovute a infortuni. La persona amatoriale arriva da noi con una diagnosi perché qualcosa è successo”. Spiega che “la prestazione fa la differenza”: “Le

braccia di Noé Ponti fanno circa un milione di bracciate all’anno, mentre un nuotatore amatoriale ne fa decisamente meno e con minore intensità”. L’approccio sarà diverso, ma l’aspetto emotivo, empatico e di fiducia reciproca con il fisioterapista non differiscono affatto. Oggi Grosjean è felice che la FisioSport Minusio sia integrata all’innovativo Centro dello Sport Ars Medica di Manno, riconosciuto da Swiss Olympic: “Da Minusio, noi portiamo a Manno il nostro know out e ne scaturisce la collaborazione complementare di due grandi sinergie”. A tutto beneficio di atleti d’élite e sportivi amatoriali.