

# **RUOLO DELLA RIEDUCAZIONE PROPRIOCETTIVA NEL TRATTAMENTO DELLE INSTABILITÀ DI SPALLA**

**AUTORI: D. CODELUPPI – G. MANTOVANI – M. MONTORI – P. BAUDI**



## **INTRODUZIONE:**

- Il disequilibrio muscolare nelle A.M.B.R.I. è causa ed effetto della disfunzione stessa.
- In seguito alla lassità strutturale è difficile lavorare in analitico sui gruppi muscolari della spalla per compromissione del controllo neuro-muscolare e articolare.



## **MATERIALI:**

15 Pz. 9 F + 6 M tra 16 e 44 aa.  
con instabilità di tipo A.M.B.R.I.  
Durata del trattamento 4 mesi:  
2 mesi 3 sedute/sett  
+ 2 mesi 1 seduta/sett.

## **METODI:**

“Maggiore stabilità dinamica in seguito a miglior co-attivazione degli stabilizzatori dopo training con esercizi a “CCC”.

UBINGER 1999 - HENRY 2001

L'ATTIVITÀ PROPRIOCETTIVA È PROPOSTA IN ACQUA PER FACILITARE L'ATTIVAZIONE DEI RIFLESSI PROPRIOCETTIVI.

I Pz. sono in immersione in acqua alta su appoggi parzialmente mobili. È un'attività complessa di equilibrio ad intenso coinvolgimento neuro-muscolare in assenza di appoggio plantare.

## **DISCUSSIONE:**

**1 - GLI AA.SS. SONO MOLTO UTILIZZATI NELLE ATTIVITÀ QUOTIDIANE MA È DIFFICILE COINVOLGERLI IN ATTIVITÀ PROPRIOCETTIVE IN CCC.**

**2 - NELLE INSTABILITÀ IL CINGOLO SUPERIORE È L'ANELLO DEBOLE DI UN'INTERA CATENA CINETICA.**

**3 - QUANDO IL CORPO SI TROVA IN CCC LA SPALLA HA FUNZIONE DI PONTE TRA ELEMENTI DI DIVERSE CATENE.**

**4 - IN CCC SONO FACILITATE LE CO-ATTIVAZIONI MUSCOLARI E LA STABILIZZAZIONE È PIÙ SOLIDA PERCHÉ COINVOLGE INTERE CATENE MUSCOLARI.**

## **RISULTATI:**

8/9 F e 5/6 M hanno riferito di non aver più alcuna forma di apprensione nelle attività quotidiane.

1/6 Pz M è stato sottoposto ad intervento chirurgico con tecnica “LATARJET” per insufficienza ossea valutata con “metodo PICO” dalla Ns. equipe medica.

1/9 Pz. F professionista di pallanuoto è stata sottoposta a int.to chirurgico di stabilizzazione artroscopica per trauma a fine percorso RIEDUCATIVO.



## **CONCLUSIONI:**

- 1) Disequilibrio muscolare e lassità non riguardano un solo distretto.
- 2) Il controllo propriocettivo si esprime al meglio in azioni complesse.
- 3) Dalla nostra esperienza emerge che: **RIPRISTINARE LA FUNZIONALITÀ A LIVELLO COMPLESSIVO E NON SOLO DISTRETTUALE PORTA A UNA MIGLIORE STABILITÀ MUSCOLARE E PROPRIOCETTIVA.**

