

Tendinopatia Achillea: un nuovo approccio terapeutico per curarla

Grazie all'Elettrolisi Percutanea è possibile determinare una risposta rigenerativa nella zona danneggiata migliorando la sintomatologia dopo poche sedute.

Quando si pratica sport, sia a livello agonistico che amatoriale, si può incorrere in infortuni o in problematiche muscolo-scheletriche. L'attività fisica sollecita infatti tutte le strutture dell'apparato locomotore e quando lo sforzo è particolarmente eccessivo può capitare di sottoporlo a stress da sovraccarico. Il tessuto più sensibile a questa dinamica è soprattutto quello relativo ai tendini, ossia a quegli insiemi di fibre che legano i muscoli alle ossa consentendo all'apparato contrattile di svolgere le proprie funzioni.

Una delle problematiche più diffuse in questo senso è la tendinopatia Achillea, ossia la patologia dolorosa al tendine d'Achille, d'origine infiammatoria e/o degenerativa. Si tratta del tendine più grande del corpo umano che collega i muscoli del polpaccio al calcagno ed è continuamente sollecitato, ogni volta che camminiamo, corriamo, saltiamo. Il tendine d'Achille può lesionarsi a causa di un sovraccarico o per microtraumi ripetuti. Spesso questa patologia può essere favorita dall'utilizzo di calzature non appropriate o per non aver effettuato il riscaldamento idoneo prima di svolgere attività fisica. La tendinopatia Achillea può interessare la porzione centrale del tendine (non-inserzionale), oppure può coinvolgere la porzione terminale dove il tendine si collega al calcagno (inserzionale). In entrambi i casi il tessuto subisce piccoli strappi determinando cambiamenti strutturali e dolore. In una prima fase si ha la sensazione che il dolore diminuisca facendo movimento e si riacutizza a riposo, poi col passare dei giorni il fastidio limita i movimenti rendendoli sempre più difficili e nei casi più acuti addirittura impossibili. Una volta stabilita la diagnosi, la porzione del tendine interessata, il grado e l'estensione della lesione è possibile iniziare un trattamento della tendinopatia. Oltre ai consueti protocolli medici e riabilitativi, alcuni di loro basati sulle tecniche tradizionali di fisioterapia, da qualche anno si è sviluppato anche un nuovo approccio terapeutico, l'Elettrolisi Percutanea (EP).

L'EP è una tecnica minimamente invasiva basata sull'applicazione di una corrente galvanica, attraverso un ago di agopuntura, che attiva i processi di rigenerazione del tessuto molle lesionato (tendine, muscolo, legamento e capsula). L'EP produce nei tessuti molli un microtrauma controllato e un conseguente processo di infiammazione locale che stimola i processi di riparazione cellulare. L'EP è basata su un'applicazione Eco-guidata, infatti il fisioterapista si serve dell'uso dell'ecografo per concentrare la terapia sul punto preciso da trattare e per questo si tratta di una tecnica molto efficace per curare diverse patologie muscolo scheletriche. Ad esempio, nelle rotture muscolari promuove la cicatrizzazione del tessuto lesionato evitando le recidive, mentre nelle tendinopatie croniche determina una risposta rigenerativa nella zona danneggiata migliorando la sintomatologia dopo poche sedute. La tendinopatia Achillea può diventare spesso cronica e l'EP è un'ottima soluzione per promuovere una guarigione veloce, assieme ad un programma di esercizi terapeutici. Un'altra tecnica eco-guidata che si può utilizzare assieme all'EP è la Neuromodulazione Percutanea (NMP). Essa consente, utilizzando l'ago d'agopuntura e degli impulsi elettrici a basso voltaggio, di interagire con le fibre nervose responsabili della trasmissione del dolore. Mentre l'EP agisce sulla struttura lesionata, la NMP agisce sul sistema nervoso e sulle alterazioni neuro-muscolari coinvolte, modulando la sensibilità e promuovendo la normalizzazione della funzione. In questo modo, soprattutto quando si ha a che fare con patologie croniche e pervasive, si riesce ad affrontare la problematica in tutta la sua complessità, non soltanto andando a curare le diverse strutture coinvolte ma consentendo anche la normalizzazione del movimento al di là della singola porzione lesionata.

Maria Terese Escudero Borja
Fisioterapista

Clinica Ars Medica
Servizio di Fisioterapia
Via Grumo 16
6929 Gravesano
Tel. 091 611 62 50
Fax 091 611 62 49
fisioterapia@arsmedica.ch
www.arsmedica.ch