

AIUTIAMOLO A RISORGERE

PAOLO VERZARO

Un infortunio porta forzatamente l'atleta ad attraversare un periodo particolarmente buio. Per questo lo staff sanitario della società ha alcuni doveri: primo tra tutti dire sempre la verità.

Il verificarsi di un infortunio, specialmente se serio e con tempi di "stop" agonistico lunghi, provoca nell'atleta che lo subisce una serie di modificazioni comportamentali e psicologiche che vanno attentamente considerate e opportunamente valutate. Per questo motivo, quando ciò dovesse verificarsi, è compito del medico e di tutto lo staff sanitario di ogni società, assistere l'atleta infortunato non solo dal punto di vista strettamente medico, ma anche o forse soprattutto, da quello psicologico.

Non è però neanche corretto sopravvalutare l'infortunio e prospettare all'atleta un quadro pessimistico del proprio futuro sportivo, pensando che ciò possa "prepararlo al peggio" e, in seguito, constatare una minore gravità della situazione.

L'atteggiamento corretto e deontologicamente auspicabile da parte del medico e di tutto lo staff sanitario è invece, a mio avviso, quello di valutare con serenità e professionalità la reale gravità dell'infortunio e di informare l'atleta con scrupolo-



BISOGNA DIRE LA VERITÀ

Prima di tutto è opportuno non illudere l'atleta, nascondendogli la reale gravità dell'infortunio e le conseguenze che esso comporta nel tentativo, in questo modo, di aiutarlo ad accettare l'accaduto. Questo comportamento, infatti, creerebbe nel giocatore false aspettative che andrebbero poi inevitabilmente a "urtare" contro la realtà, causando in lui un forte senso di frustrazione con demotivazioni per la ripresa funzionale.

sità e chiarezza in un rapporto di lealtà, stima e amicizia reciproche che è sempre da ricercare e che soprattutto, in queste spiacevoli circostanze, diventa indispensabile per una precoce ripresa funzionale dell'atleta infortunato.

Sarà poi opportuno informare l'allenatore e i dirigenti della società non dimenticando mai però di anteporre gli interessi del giocatore - che è sempre un paziente dunque un uomo - a quelli della società stessa. L'assistenza psicologica

sarà poi indispensabile non solo al momento della diagnosi, ma anche, ovviamente, durante la terapia e soprattutto nella fase riabilitativa.

È IMPORTANTE IL FISIOTERAPISTA

Ecco perché ruolo di primaria importanza spetta al fisioterapista che, lavorando in stretta collaborazione con il medico, dovrà cercare di accelerare la ripresa dell'atleta supportandolo in ogni momento e chiarendogli i dubbi che quotidianamente dovessero presentarsi. Compito del medico sarà però quello di aggiornarsi quotidianamente circa i progressi fatti dall'atleta nelle sedute di fisioterapia e di verificare personalmente l'andamento delle stesse almeno una volta alla settimana.

Il giocatore non dovrà mai sentirsi "abbandonato" nelle mani del fisioterapista ma dovrà rendersi conto di essere seguito con professionalità e costanza anche da parte del medico. A sua volta l'atleta infortunato dovrà impegnarsi con serietà nella fase di riabilitazione attenendosi scrupolosamente alle indicazioni dello staff sanitario evitando di dare credito alle mille "voci" sulla patologia di cui è affetto che inevitabilmente "circolano" negli ambienti sportivi.

Altro errore da evitare assolutamente - in cui invece quasi tutti gli atleti finiscono per cadere - è quello di paragonare la propria condizione a quella di qualche altro compagno che in precedenza ha avuto problemi simili. Ricordiamoci sempre che in medicina non esiste la malattia, ma esiste il malato e che, quindi, ogni caso clinico è un caso particolare con esigenze e problematiche diverse.

Anche il preparatore atletico dovrà essere correttamente informato circa la diagnosi, la terapia e la riabilitazione di ogni singolo caso al fine di impostare un programma personalizzato "ad hoc" per la ripresa della preparazione e il ritorno all'agonismo. Fondamentale è poi, a mio avviso, che l'atleta infortunato continui a frequentare le sedute di allenamento della squadra e segua "da tifoso" le partite dei suoi compagni. Ciò gli consentirà di mantenere "vivo" il rapporto con loro e di non sentirsi inutile alla squadra fornendo nuovi stimoli per la ripresa. Le sedute di fisioterapia e le visite mediche andranno, quindi, organizzate in modo che non coincidano con gli impegni agonistici.

L'assistenza psicologica di un atleta infortunato rappresenta, dunque, uno dei precisi doveri non solo del medico, ma di tutti i componenti lo staff sanitario affinché nella mente dell'atleta, una volta ripresa l'attività agonistica, rimanga solo un brutto ricordo e niente di più. □