Oggetto di indagine : infortuni negli sport di squadra

Autor(en): **[s.n.]**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Macolin : mensile della Scuola federale dello sport di Macolin e di Gioventù + Sport**

Band (Jahr): **48 (1991)**

Heft 9

PDF erstellt am: **05.06.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-999538

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

Oggetto di indagine: infortuni negli sport a squadre

Gli sport a squadre pallapugno, pallamano, pallacanestro e pallavolo nei dati dell'Assicurazione obbligatoria contro gli infortuni LAINF sono raggruppati in un'unica categoria. Con oltre 10 000 infortuni all'anno, essi si vengono a trovare al terzo posto per frequenza, preceduti solo da calcio e sci.
Quanti son però gli infortuni che si verificano in ogni singola disciplina e di che genere sono le lesioni? Un lavoro di diploma informa.

Analisi di 430 dossier di infortuni

«Statistische Unfallanalyse der Mannschaftsballspiele Handball, Volleyball, Basketball, Korbball und Faustball» è il titolo del lavoro di diploma che René Reinhardt e Daniel Sarbach hanno inoltrato nel giugno 1990 per conseguire il diploma di insegnante di educazione fisica II presso l'Università di Berna. Dopo aver discusso la struttura del lavoro con l'upi, i due studenti hanno provveduto ad analizzare oltre 400 dossier di infortuni dell'anno 1987, raccolti per la statistica LAINF in tutta la Svizzera e provenienti da vari assicuratori. Il risultato della ricerca permette per la prima volta di ottenere una visione d'insieme della distribuzione degli infortuni sulle singole discipline, sull'età e il sesso delle persone lese e sui tipi di lesione. Ciò permette di trarre importanti conclusioni per la prevenzione degli infortuni.

Distribuzione degli infortuni

Dei 430 dossier analizzati, 157 (37%) riguardavano la pallamano, 133 (31%) la pallavolo e complessivamente 140 (=32%) il basket, la pallacanestro e la pallapugno. Partendo da quasi 12 000 infortuni in questa categoria di discipline, è possibile azzardare la seguente stima: ogni anno 4400 assicurati LAINF si infortunano nella pallamano, 3700 nella pallavolo, 1800 nel basket, 1300 nella palla in cesto e 700 nella pallapugno. Di fronte a queste cifre, le misure antinfortunistiche devono concentrarsi sulla pallamano e sulla pallavolo.

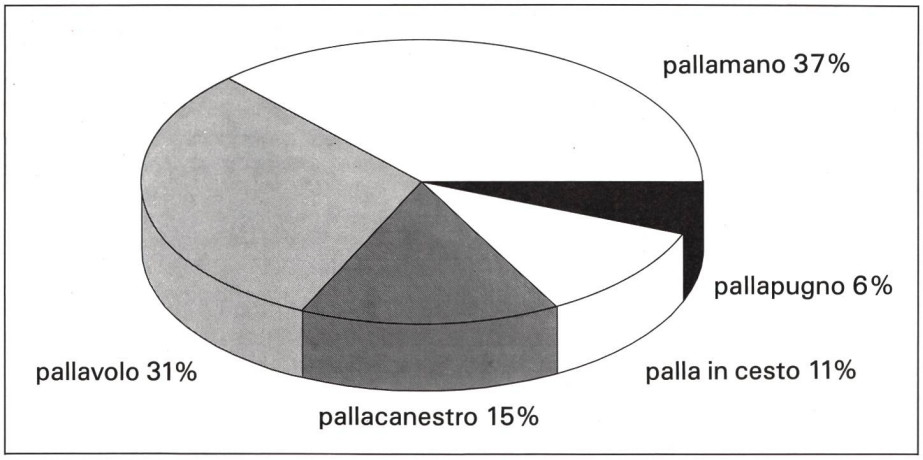
Pallamano

Che in uno sport dominato dagli uomini le donne infortunate siano ben il 15 per cento è sorprendente. Non sorprende invece che la classe d'età dei 20-29enni sia rappresentata in misura superiore alla media; qui troviamo infatti la maggior parte degli sportivi attivi. Dobbiamo tuttavia presumere che la quota dei giovani di età inferiore ai 20 anni in realtà è superiore, dato che non tutti i giovani vengono registrati dall'assicurazione LAINF.

Quattro infortuni su dieci si verificano durante l'allenamento. Ciò indica che questi sportivi fanno «sul serio» non solo durante le partite. Di fronte a questo numero elevato di infortuni, gli allenatori dovrebbero chiedersi, se l'allenamento sia impostato adeguatamente.

Il 12 per cento delle lesioni comporta l'assenza dal lavoro di oltre tre settimane e deve pertanto essere ritenuto grave. Paragonate agli altri sport a squadre considerati, le lesioni gravi della pallamano non sono tuttavia più frequenti.

Distribuzione degli infortuni nei giochi a squadre (n=430).[1]



[1] Fonte: Reinhardt R., Sarbach D.: Statistische Unfallanalyse der Mannschaftsballspiele Handball, Volleyball, Basketball, Korbball und Faustball. Diplomarbeit zur Erlangung des Eidgenössischen Turn- und Sportlehrerdiploms II. Institut für Sport und Sportwissenschaften der Universität Bern, 1990.
Fonte dei dati: campione del 10% del Servizio centrale delle statistiche (Assicurazione obbligatoria contro gli infortuni LAINF, 1987).

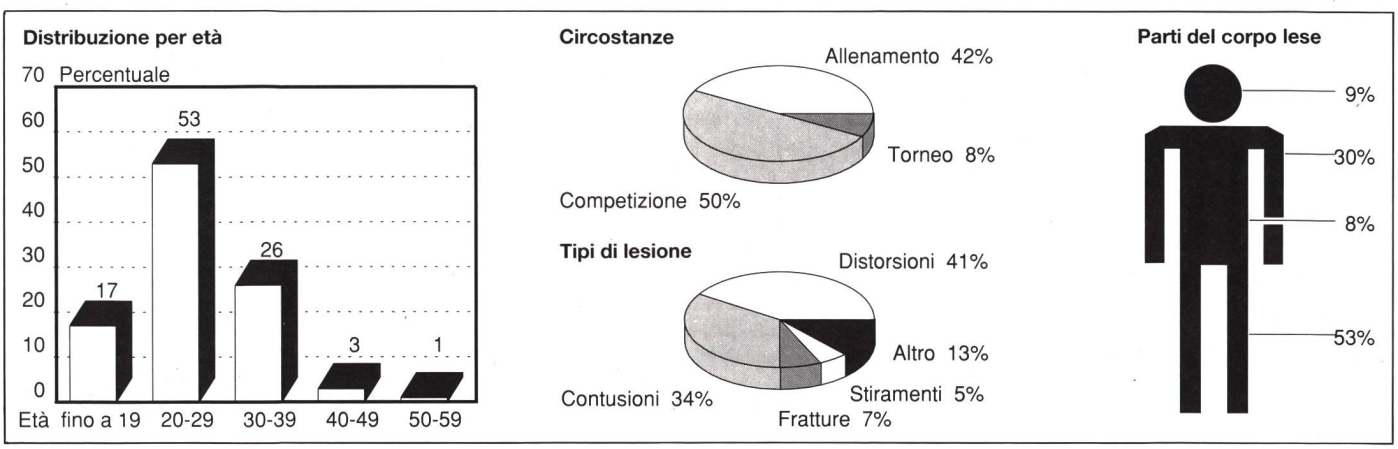
Consigli per prevenire gli infortuni nella pallamano

Allenamento, formazione
- Il comportamento corretto di attacco e di difesa deve essere formato tenendo conto dell'aspetto della sicurezza.
- Inserendo degli esercizi specifici di caduta si può imparare ad attutire i colpi.

Equipaggiamento
- Usare paragomiti e ginocchiere.
- I portieri devono usare anche un sospensorio.

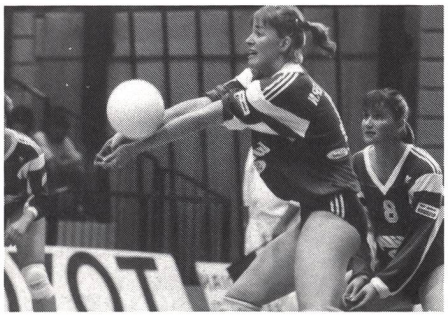
Regole, allenatore
- La verifica e l'eventuale modifica delle regole del gioco promuovono un comportamento più misurato e meno aggressivo dei giocatori.
- L'allenatore deve avere una formazione adeguata e perfezionarsi costantemente.
- Egli deve imporre le regole del gioco con coerenza.
- I giocatori di tutti i livelli devono essere stimolati ad un comportamento equo.

Infortuni nella pallamano: 157 dossier analizzati (infortuni supposti nel 1987: 4350)[1]



Pallavolo

La pallavolo è altrettanto apprezzata da uomini e donne. Ciò trova riscontro anche nella statistica: il 49 per cento degli infortuni sono donne, il 51 per cento uomini. A differenza della pallamano è più equilibrata anche la distribuzione per età. Nelle classi d'età fino a 29 anni le donne si infortunano più spesso degli uomini. Attribuendo gli infortuni a determinate circostanze, va aggiunta una nuova categoria: il «gioco libero». Ciò mostra che la pallavolo non è solo sport competitivo apprezzato, ma spesso e volentieri anche un'attivtà del tempo libero. Come nella pallamano, anche nella pallavolo si registra un numero elevato di lesioni durante l'allenamento. Anche in questo caso è necessario fare appello agli allenatori, affinché tengano maggiormente in considerazione i fattori antifortunistici e educazione alla sicurezza.



Le lesioni più frequenti sono quelle all'articolazione tibio-tarsale (35%) e alle dita (25%). Due lesioni su tre sono distorsioni (stiramento o rottura dei legamenti, slogatura).
Prendendo l'assenza dal lavoro come indicatore per la gravità di una lesione, si constata che non esistono praticamente differenze tra pallavolo e pallamano: il 64 per cento degli infortuni non comporta inabilità temporanee. Nel 10 per cento dei casi tuttavia esse ammontano a più di tre settimane, ciò che lascia supporre la presenza di una lesione grave. ■

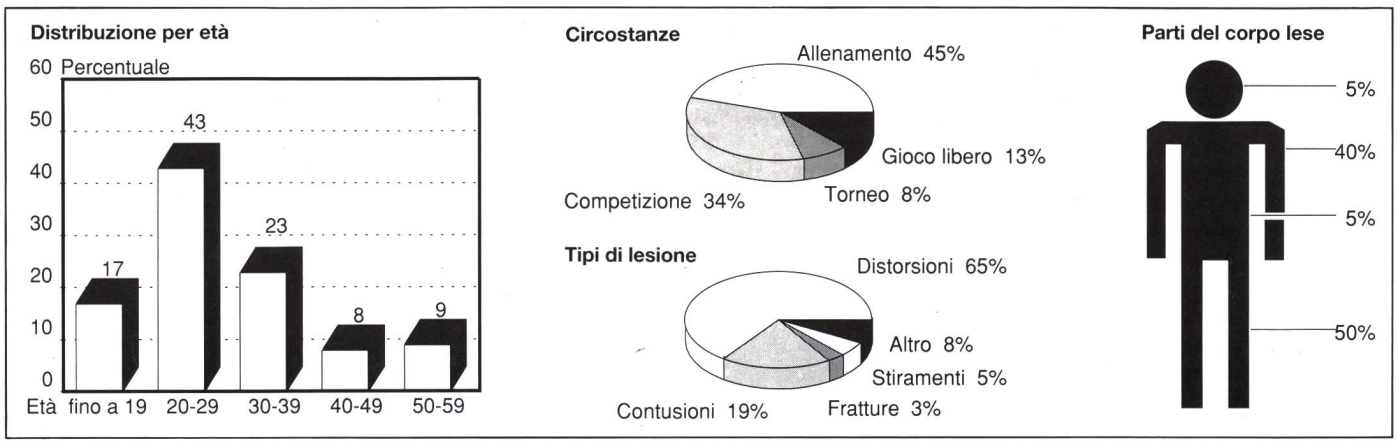
Consigli per prevenire gli infortuni nella pallavolo

Allenamento
- Integrare speciali programmi di esercizi per i piedi nell'allenamento e invitare i giocatori a ripeterli anche a casa.
- Vietare severamente di oltrepassare la linea mediana. È nell'area della rete che si verifica la maggior parte degli infortuni (p. es. piombando su un piede avversario dopo un salto).
- Evitare lesioni alle dita esercitando tecniche di difesa corrette.
- Eseguire esercizi suplementari per la muscolatura delle dita e delle articolazioni per proteggerla da lesioni.

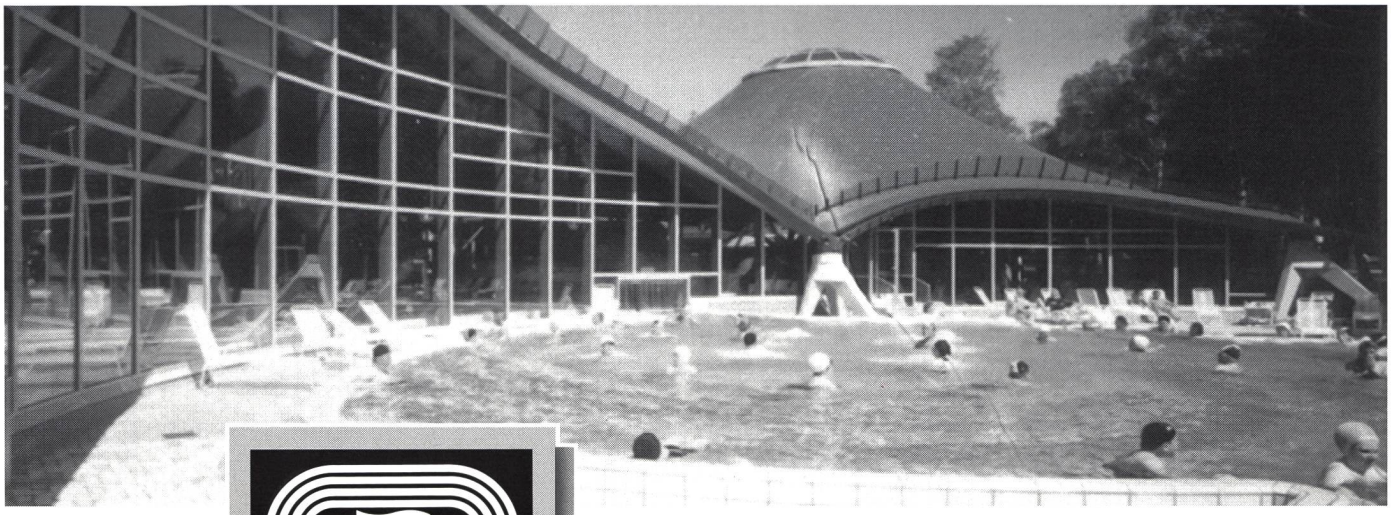
Equipaggiamento
- Almeno durante partite di dovrebbero usare dei sostegni (fasciature, taping) per proteggere l'articolazione fibio-tarsale.
- Calzare scarpe che offrono un buon sostegno, eventualmente con gambale medioalto o alto.
- Usare sempre le ginocchiere per proteggersi da contusioni.

Regole del gioco
- La regola parzialmente adottata dalle leghe regionali, secondo cui è vietato oltrepassare la linea mediana, deve essere inserita assolutamente anche a livello nazionale e internazionale.

Infortuni alla pallavolo: 133 dossier analizzati (infortuni supposti nel 1987: 3685)[1]



LA FAVOREVOLE CONGIUNTURA DELLE IDEE



Salone internazionale delle attrezzature per il tempo libero, impianti sportivi e piscine

con Congresso Internazionale

Colonia, 6 – 9 Novembre 1991

Gli impianti sportivi, le piscine e le attrezzature per il tempo libero si possono progettare secondo modelli consueti. Oppure nel modo come vengono presentate alla fsb a Colonia: attraenti per i visitatori e vantaggiosi per i gestori. 350 aziende espositrici, in rappresentanza di 30 Stati, offrono nuove idee e nouvi impulsi al mercato del tempo libero in costante espansione.

L'OFFERTA:

- lavori di progettazione
- impianti completi «chiavi in mano»
- costruzioni di base
- rifiniture
- allestimenti
- impianti di installazione
- attrezzature tecniche ed accessori per impianti natatori e piscine
- centri sportivi e ricreativi all'aperto
- attrezzature per asili-nidi e parchi-gioco
- attrezzature ed arredi per impianti sportivi e ricreativi
- turismo sportivo ed invernale
- editoria specializzata
- consulenza ed assistenza settoriale

PRENDETEVI TEMPO PER COLONIA!

Il Vostro centro fieristico può portarVi doppi o tripli vantaggi con le due manifestazioni parallele, aventi un'offerta espositiva complementare.

LA TRIPLICE FIERA

Salone Internazionale delle attrezzature per il tempo libero, impianti sportivi e piscine

Salone Internazionale per l'architettura del paesaggio e la cura di aree pubbliche e private

Salone Internazionale della pulizia e manutenzione industriale e dell' igiene ambientale

COUPON

Informazione e tessere d'ingresso a prezzo ridotto: ☐ fsb ☐ areal ☐ IRW

Handelskammer Deutschland-Schweiz, Talacker 41, CH-8001 Zürich,
tel. 01/2 11 81 10, telex 812 684, telefax 01/2 12 04 51

Ditta _____

Attenzione Signor _____

Via _____

C.A.P./Città _____

Favorevoli combinazioni viaggio presso le seguenti agenzie:

DANZAS AG REISEN, Servizio fiere,
Bahnhofplatz 9, 8023 Zürich,
tel. 01/2 11 30 30 oppure una delle 28 sucursale Danzas

REISEBÜRO KUONI AG, Servizio fiere,
Überlandstr. 360, 8051 Zürich,
tel. 01/3 25 24 24 oppure una delle 50 sucursale KUONI

Köln Messe

Lecture de carte en groupe? Courses d'orientation?

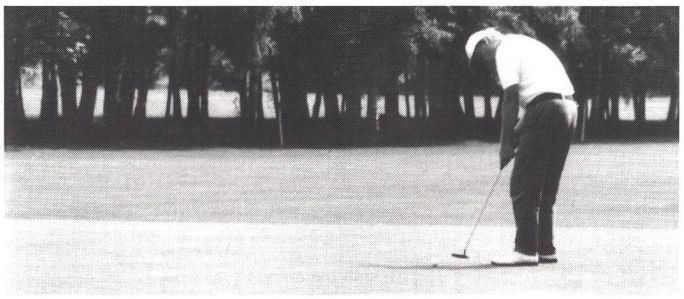
Aucun problème avec notre set pour groupes, comprenant 24 boussoles, boussoles de course d'orientation ou boussoles de visée. Demandez notre set d'essai, gratuitement à votre disposition!

101/2

RECTA SA, rue du Viaduc 3, 2501 Biel/Bienne
Téléphone 032 23 36 23 / Téléfax 032 23 10 24

Questa inserzione è a pagamento in quanto, malgrado le promesse, nessun logo della nostra Associazione è stato ospitato gratuitamente su questa rivista nel corso del 1990.

Associazione svizzera Non-fumatori
CP 1025 Bellinzona



FORZA TICINO!

Grazie a FORZA TICINO possiamo sperare in un futuro un po' meno duro

Fondazione Aiuto Sport Svizzero

Un'estesa campagna a favore dello sport ticinese

BAECHTOLD	Lucas	Pallanuoto
BALESTRA	Massimo	Atletica
BEFFA	Laura	GRS
BOUCHONNEAU	Martine	Atletica
BRECHT	Patrick	Patt. ritmico
CASSANI	Giovanni	Nuoto
CAVADINI	Samanta	Nuoto
FACCHINETTI	Roberto	Nuoto
FIESCHI	Eliana	Nuoto
GIUSSANI	Jacques	Judo
LEONARDI	Natascia	Sci nordico
MORETTI	Isabella	Atletica
OPRANDI	Roberta	GRS
PALTENGHI	Fabrizio	Canottaggio
PELLEGRINELLI	Monica	Atletica
PIN	Ivan	Canottaggio
PUTTINI	Nicola	Ciclismo
TRAVELLA	Rocco	Ciclismo
TROJANI	Fabio	Scherma
VETTERLI	Patrick	Atletica

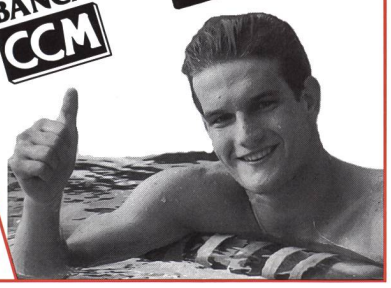
GRAZIE A:

Swiss miniatur
Centro Panoramica Cadro
VILLA SASSA Centro Medicina Sportiva
gaggini-bizzozero sa
ballesta sa
coop
BANCA CCM

Inoltre ringraziamo

CORRIERE DEL TICINO
Giornale del Popolo
IL DOVERE
L'eco dello sport

FORZA TICINO
Per la prima volta l'industria ed il commercio ticinesi uniscono i loro sforzi per aiutare concretamente i nostri atleti

FORZA TICINO
Per dare anche ai nostri atleti la possibilità di competere ad alto livello

La Fondazione Aiuto Sport Svizzero ringrazia sentitamente le società che si sono schierate a favore dello sport cantonale e nazionale tramite il sostegno accordato all'azione FORZA TICINO