La dogana dei campioni : una visita medico-sportiva a Macolin vista dal di dentro

Autor(en): **Rossetti, Giovanni**

Objekttyp: **Article**

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

Band (Jahr): **49 (1992)**

Heft 5

PDF erstellt am: **31.05.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-999582

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

La dogana dei campioni

una visita medico-sportiva a Macolin vista dal di dentro.
di Giovanni Rossetti

Lui è entrato sorridendo dopo aver fatto «tremare» la porta. Mi saluta e si presenta: Xeno. Xeno Müller, medaglia di bronzo nello skiff agli scorsi campionati mondiali juniori di canottaggio. Una «pezza» di 1,90 m., 90 kg di muscoli e l'aria simpatica di un giovane guascone. La porta che ha «accarezzato» è quella del locale medico dell'Istituto di ricerche di Macolin, dove Xeno sosterrà un'approfondita visita medico-sportiva a cui hanno diritto tutti gli esponenti dei quadri nazionali svizzeri, di qualsiasi sport.

Xeno arriva nel locale medico dopo che l'aiuto medico si è arrampicata per misurargli il peso, l'altezza e lo spessore del grasso sotto la pelle in vari punti del corpo. Un sistema che permette di calcolare un valore percentuale di grasso nel corpo dell'atleta, che ha così un valore preciso dell'influenza della sua alimentazione e del suo allenamento sul corpo.
Xeno, seduto davanti al medico, ha appena finito di rispondere ad un esauriente questionario che copre ogni apparato del corpo, e che consente all'atleta di documentare precisamente gli eventuali suoi acciacchi. Questo questionario serve al medico sportivo come punto di partenza per la sua visita, che inizia con un'indagine approfondita sul modo di allenarsi, di recuperare, di alimentarsi dello sportivo.

Raccontare la propria vita (sportiva).

Xeno, uno svizzero tedesco trapiantatosi nella periferia parigina da una decina d'anni, ci racconta con espressioni colorite i suoi allenamenti, la sua vita di studente che nell'anno della maturità trova il tempo di fare da 20 a 30 ore di allenamento settimanali. Poi di colpo si ferma e mi chiede se capisco lo svizzero tedesco... e sorride quando viene a sapere che sono ticinese. Il primo ticinese a lavorare all'Istituto di ricerca da 700 anni a questa parte, aggiunge sorridendo il dottor Vögli, e non ne vogliamo più per 700 anni!
Dopo averci narrato la sua vita sportiva Xeno deve sottoporsi alla visita medica vera e propria. Una visita di routine che permette di escludere le principali malattie che possono colpire una persona di quell'età, e poi una speciale visita medico-sportiva durante la quale si valuta la simmetria delle masse muscolari, la mobilità, la colonna vertebrale e la statica.
Questa parte della visita offre spesso allo sportivo grosse sorprese, visto che l'occhio attento del medico spesso scopre piccoli problemi (piedi piatti, accorciamenti muscolari dovuti al poco stretching) che da soli sanno spiegare dolorini, acciacchi e fastidi che perturbano da mesi l'allenamento dell'atleta.
Durante la visita Xeno continua a chiacchierare, raccontandoci dei suoi allenamenti, della sua decisione ad una festa danzante di fortificarsi un pò per fare bella figura l'anno dopo... e posso confermare che si è messo d'impegno, quel tanto che basta per alzare 24 tonnellate in una seduta di pesi.

Valutare la capacità di prestazione

Dopo questa prima parte prevalentemente medica segue la parte che analizza di più la prestazione dell'atleta. Per Xeno, visto che il canottaggio è uno sport prevalentemente di resistenza, è stato scelto (dal suo allenatore) il test di Conconi sulla bicicletta. Questo test permette di determinare la curva della potenza sviluppata in funzione della frequenza dei battiti cardiaci. Una curva che ad un certo punto si appiattisce, e dà all'atleta delle indicazioni sul suo stato d'allenamento e sulle frequenze cardiache alle quali deve allenarsi.
Il test di Conconi può essere abbinato, come è stato fatto per Xeno, alla misura della capacità massima di assorbimento di ossigeno durante lo sforzo. Misura che si esegue con un tubo collegato alla bocca e che misura l'aria che entra e che esce dai polmoni dell'atleta. Il volume dei polmoni di Xeno può essere paragonato a quello di molte altre persone normali, ma l'allenamento di un atleta si vede dall'utilizzazione dell'ossigeno, e dunque dalla sua messa a disposizione per sviluppare energia... che non era proprio quello di una persona qualsiasi.

Test fatti su misura

L'Istituto di ricerche si avvale di altri test, a seconda del tipo di sport praticato. A un podista sarà fatto piuttosto un test di Conconi correndo, all'aria aperta o sul tappeto mobile. Per i saltatori, i giocatori di basket e di pallavolo esiste l'ergo jump, un sottile tappeto giallo collegato ad una piccola scatoletta che sa calcolare, in base al tempo di volo durante un salto, l'elevazione raggiunta dell'atleta.
Alla base di questi test sta un principio: quantificare una prestazione nel modo più oggettivo possibile, per poterla paragonare con quella dello stesso atleta o di altri esponenti dei quadri nazionali. Quantificare significa anche poter in seguito modificare e correggere.
Dopo questi test sportivi l'atleta deve ancora sottoporsi ad un elettrocardiogramma, la misurazione delle scariche elettriche del cuore che permette di farsi un'idea sul suo funzinamento. Segue poi la presentazione al Dr. Biedert, capo della medicina ortopedica a Macolin e tra l'altro medico della nazionale di calcio. Da ultimo Xeno discuterà tutti i risultati, medici e sportivi, con il Dr. Toni Held, capo del reparto di medicina della prestazione sportiva.
Xeno ha finito il suo giro, ma è ancora passato a salutarci. Ha seguito con molto interesse tutto quanto gli è stato fatto, chiedendo numerose spiegazioni. Ora ha terminato e si congeda da noi, uscendo dall'Istituto dall'uscita di servizio solo per dare un'occhiata a quella montagna di muscoli che si sta facendo massaggiare e a quell'atleta di colore che sta facendo fisioterapia... due campioni del mondo, Werner Gunthör e Abdi Bile, ammirabili a 10 metri di distanza l'uno dall'altro.
Ma anche questo, assieme all'odore di Dul-X, alla simpatia del personale e alle foto dei nazionali con la dedica che tappezzano le pareti, anche questo é Macolin. ■

Giovanni Rossetti ha collaborato all'Istituto di ricerche di Macolin nell'ambito del suo anno di studio di medicina all'Università di Berna.