

INCREMENTO delle PRESTAZIONI SPORTIVE

L'esperienza in questo campo è iniziata nel 1990, con apice tra il 1992 e il 1997; abbiamo effettuato sperimentazioni, prima su atleti di Alessandria (atletica leggera, pallavolo, pallacanestro) e poi su atleti professionisti di fama Mondiale:

Calcio: Juventus all'epoca di Trapattoni e Lippi (Medici Sociali: Dott. Bergamo, Dottor Agricola) Roberto Baggio, Vialli, Deschamps, Carrera, Sosa, Peruzzi, Squadra Primavera Juventus, Cuccureddu (allenatore primavera Juve)

Torino Calcio (Cyprien),

Arbitri serie A (Pairetto)

Pugilato: Giovanni Parisi (dall'oro alle olimpiadi di Seul in poi, fino alla tragica scomparsa), Fregomeni,

Ciclismo: (Gotti, Fondriest, Fidanza, Bonanomi, ecc),

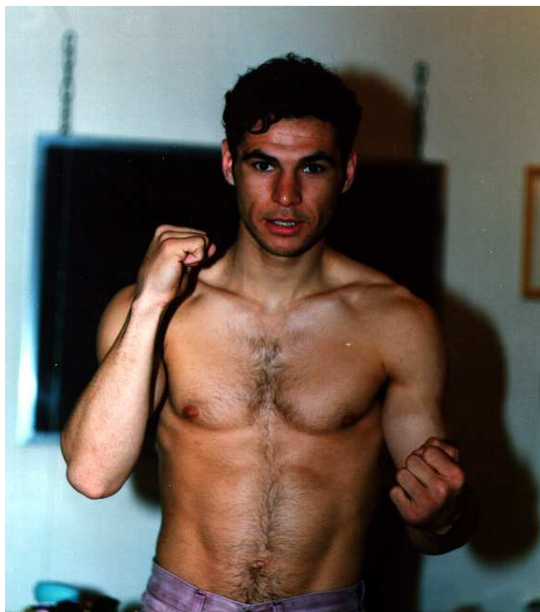
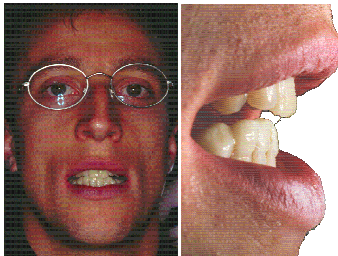
Formula 1: Capelli (quando era in Ferrari), Morbidelli (Minardi),

Pallavolo, Atletica, Karatè, ecc.

Protocollo Operativo Utilizzato

- Tutti gli Atleti sono stati sottoposti ad uno Screening strumentale (Kinesiografia, Sonografia ed ElettroMiografia della bocca), per valutare l'equilibrio della chiusura dei denti e le capacità funzionali della bocca.
- Visita Gnatologica, cioè stato della bocca, dei denti, dei muscoli, delle articolazioni.
- Valutazione delle escursioni articolari (documentate con foto per valutare gli incrementi con dispositivi intraorali; tempo di reazione e, quindi, di risultati visibili, pochi minuti)
- Valutazione con macchina Isocinetica Tecnogym (REV 9000)
- Decisione sul dispositivo endorale migliore, condizionato anche dal tipo di Sport.
- Istruzioni sul modo di utilizzo di questi dispositivi: standard, adattabili o individuali (ortottico). (già allora non usavamo il Byte perchè è un apparecchio di vecchia generazione che porta a risultati lenti e richiede molte sedute di adattamento, nonchè un operatore veramente capace)
- Verifica delle escursioni articolari
- Verifica con REV 9000
- Valutazione dei Preparatori Atletici.





Attuali Protocolli Operativi

- Visita Gnatologica della bocca
- Esame funzionale della bocca con EMG (Elettromiografo) di ultima generazione: Sensormove TMJOINT - BTS Bioengineering.
Esame incruento realizzabile in 10 minuti, ripetibile, comparabile con esami successivi e con Validità Scientifica.
- Valutazione e documentazione fotografica della escursione articolare
- Uso per pochi minuti di un dispositivo endorale standard
- Valutazione delle variazioni nelle escursioni articolari
- Decisione sul dispositivo endorale migliore per il singolo Atleta (Standard, Adattabile o Individuale)
Gli apparecchi endorali non operano una correzione, ma fanno fare un esercizio propiocettivo che porta l'organismo a riequilibrarsi.
- Istruzioni sull'uso di tali dispositivi
- Verifica nel tempo, sia sul campo (allenamento e prestazione) da parte degli operatori specifici, che dal punto di vista odontoiatrico.

Risultati che ci aspettiamo

- Riequilibrando la chiusura della bocca otteniamo una migliore efficienza muscolare dovuta sia al miglior reclutamento muscolare, sia alla maggiore facilitazione data dai muscoli antagonisti che si rilasciano meglio:
quindi **Aumento del Range Articolare e del Reclutamento Muscolare**, che porta ad **Aumento della Forza disponibile, della Potenza e della Resistenza**
- Ottimizzare il funzionamento dell'apparato muscolo-scheletrico di tutto il corpo con gruppi muscolari rilassati, ma in tono, per cui i gruppi muscolari agonisti impiegheranno meno forza per vincere gli antagonisti, porta a **Migliore Coordinazione Motoria**.

La coordinazione motoria è alla base del successo atletico; essa dipende dallo schema motorio che ci si è costruiti nel cervello, con l'allenamento, dalla psiche e dalla situazione anatomica. Lo schema motorio efficace deve essere il più semplice possibile; ogni necessità di compenso per un qualsiasi squilibrio (anche psichico o biochimico, come l'alimentazione) porta a schemi motori sempre più complessi che abbassano la coordinazione motoria.

- Questi miglioramenti portano alla **Ottimizzazione del Gesto Atletico**.
- **Statistica** dei risultati riscontrati su Atleti Professionisti (per lo più calciatori)
 - **60%** degli Atleti ha mostrato variazioni statisticamente significative
 - su questi Atleti **l'Aumento** di Forza, Potenza, Resistenza, Lavoro (misurato con macchina Isocinetica REV 9000 Tecnogym) è stato **mediamente del 20%**, con **punte individuali del 50%**.
- Il miglior lavoro muscolare prodotto **Protegge dal rischio di Contratture**.
- Il rapporto tra Agonisti e Antagonisti dipende dal settore sportivo e dal ruolo; il rapporto quadricipite/ischiocrurali è, normalmente, del 50% e questo fa sì che una energica contrattura, da gesto atletico, del quadricipite sia bilanciata da una sufficiente opposizione degli ischiocrurali, altrimenti si scarica sulla articolazione del ginocchio con forte sollecitazione dei legamenti e del menisco e rischio di infortunio. Quindi ci aspettiamo una **Protezione dagli Infortuni** dovuta ad una migliore protezione delle articolazioni che è in massima parte attiva (tono e corretto rapporto AG/AN) e in minima parte passiva, data dalle strutture anatomiche (capsula, legamenti).

Il riequilibrio di muscoli agonisti ed antagonisti, porta ad un riequilibrio posturale sia antero-posteriore che destro-sinistro.

Spesso le alterazioni posturali o comunque le situazioni croniche di contrattura, portano a rotazioni soprattutto del bacino nel tentativo di compensare il calo di prestazione.

Ad esempio: se il quadricipite è impegnato a vincere la resistenza degli ischiocrurali contratti e l'atleta deve esprimere forza come quando si tira un calcio ad un pallone, allora il cervello ordina la rotazione del bacino per reclutare il gluteo, che è un muscolo potentissimo, e consentire un calcio potente che sarà comunque meno preciso.

Questo porta all'esecuzione del lavoro ma ad un cattivo utilizzo delle proprie risorse con maggiore impegno di coordinazione motoria, che portano poi a prestazioni scadenti soprattutto nell'agonismo non tanto nella espressione di forza, quanto nella coordinazione motoria e quindi nella **tecnica**.

SPERIMENTAZIONE

CALCIO
CICLISMO
PUGILATO
ATLETICA
FORMULA 1

Gruppi omogenei dai dilettanti a prime squadre di serie A

Aumento di

FORZA

POTENZA

RESISTENZA

LAVORO

20%

Su numeri statisticamente significativi

50%

Punte individuali

Misure effettuate con Macchina di Isocinetica REV 9000 Tecnogym

Non si crea forza ma si utilizza meno energia per vincere la resistenza dei muscoli antagonisti.







		Muscolatura		Antagonista		
		1	2	1	2	Unità
Quadr. sup. (cm)	412	218	292	288	112	220
Polso (cm)	208	208	220	117	138	130
Polso (kg)	188	208	220	88	77	120
Forza di Palla	88	88	88	88	87	88