



● L'obesità è uno dei fattori che possono contribuire all'insorgenza della sindrome di Sever-Blanke



con il tendine rotuleo, che si inserisce sulla tuberosità tibiale e che è quello che provoca il dolore». La diagnosi precoce resta così la strategia migliore per intervenire ai primi sintomi. Cosa che avviene nella maggior parte dei casi perché come conferma l'esperta genitori, allenatori e insegnanti di ginnastica sono sempre molto attenti quando gli adolescenti manifestano una problematica di questo tipo.

©RIPRODUZIONE RISERVATA

Attenti anche al tallone Per molti giovani può essere un problema

Un'altra sindrome
Nota come Sever-Blanke colpisce anch'essa i ragazzi che praticano attività sportiva

Non solo il dolore al ginocchio. Un'altra problematica dolorosa che può interessare gli adolescenti è il dolore al tallone. Si tratta della sindrome di Sever-Blanke. L'insorgenza in questo caso è attorno ai 10 anni.

In questo caso, come spiega Sabrina Luoni, fisiatra e specialista in Medicina dello Sport del Cof Lanzo Hospital, il processo infiammatorio è a carico del nucleo di accrescimento del calcagno (apofisi posteriore del calcagno) che si trova nella parte posteriore e inferiore dell'osso, dove si inserisce il tendine di Achille. Può manifestarsi a un solo piede, anche se è molto frequente che si verifichi bilateralmente.

Una attenta anamnesi

Questa sindrome è dovuta alle sollecitazioni che il tendine comporta sul calcagno. Anche in questo caso c'è una predisposizione nei giovani che fanno attività sportiva in carico, ma tra le cause possono esserci anche alcune alterazioni

morfologiche come il piede pronato, piede piatto o piede cavo, oppure in caso di dismetrie degli arti inferiori. Anche l'obesità può favorire l'insorgenza della sindrome.

Così come avviene per il morbo di Osgood-Schlatter, anche in questo caso la problematica è legata al fatto che le strutture ossee, in questo caso del piede e in particolare del calcagno, crescono più velocemente rispetto alle strutture muscolari tendinee.

Per quanto riguarda i sintomi il dolore è la manifestazione più frequente e spesso è le-



È dovuta alle sollecitazioni del tendine sul calcagno



Tra i sintomi più tipici la zoppia ma anche gonfiore e rossore

gato a zoppia di fuga, in quanto i ragazzi faticano ad appoggiare il piede in modo corretto a causa del dolore stesso. Possono verificarsi anche gonfiore e rossore dell'area interessata.

La diagnosi anche per la sindrome di Sever-Blanke si basa su un'attenta anamnesi del paziente e sull'esame obiettivo. La terapia prevede sempre un riposo di due o tre settimane, l'uso di ghiaccio e quando necessario di antidolorifici o antiinfiammatori. Per aiutare il tallone a rimanere in scarico può essere prescritto l'utilizzo di specifiche ortesi, come delle talloniere in silicone che vengono messe all'interno della scarpa, in modo da ammortizzare l'urto che può interessare il calcagno. Così come per il morbo di Osgood-Schlatter viene fatta una vera e propria educazione allo stretching ed a esercizi di rinforzo dei muscoli coinvolti.

Il giovane paziente dopo un periodo di riposo viene nuovamente visitato dallo specialista per valutare la ripresa dell'attività sportiva. Generalmente dopo questo periodo di stop è possibile riprendere con lo sport (fermandosi in caso di dolore) ma se la situazione non si è risolta e non



Sabrina Luoni, fisiatra del Cof di Lanzo

ci sono stati benefici, il medico può prescrivere esami più approfonditi. Tra gli esami di secondo livello previsti una radiografia del piede, un'ecografia e in alcune situazioni anche una Tac. Questo per verificare che non ci siano microfratture o patologie non note come l'osteomielite.

Occhio al sovrappeso

L'obesità, come detto, è uno dei fattori che possono contribuire all'insorgenza di questa sindrome che interessa il tallone. Ecco perché in termini di prevenzione, non solo per

questa problematica ma anche per altre patologie a carico di articolazioni, c'è il controllo del peso dei bambini o dei ragazzi.

Generalmente quando il giovane paziente arriva dallo specialista con un dolore di questi tipo e il medico stesso riscontra un problema di sovrappeso o obesità l'indicazione a mamme e papà è quella di valutare un percorso nutrizionale che consenta al proprio figlio o alla propria figlia di ritornare al peso salutare.

©RIPRODUZIONE RISERVATA

VALDUCE RISPONDE

SINTOMI. Anemia, carenza di ferro, osteoporosi, infertilità

Non colpisce solo l'intestino Tanti i danni della celiachia

La differenza

«L'intolleranza al glutine non celiaca produce sintomi intestinali simili alla celiachia, ma non produce danni per l'intestino, e pertanto non può portare a serie conseguenze»

Sono molti i pazienti che affluiscono agli ambulatori di gastroenterologia lamentando di sintomi gastrointestinali (gonfiore, dolori, irregolarità dell'alvo) associati alla ingestione di cereali contenente glutine. E purtroppo sono anche molti i pazienti che spontaneamente giungono alla nostra osservazione dopo avere già iniziato una dieta priva di glutine, e ciò crea grossi problemi per un corretto inquadramento diagnostico. È questo il monito della dottoressa Nicoletta Lenoci, che con il dottor Emanuele Rondotti coordina presso l'Ospedale Valduce l'ambulatorio di secondo livello dedicato alla celiachia e ai disturbi glutine-correlati. L'intolleranza al glutine non celiaca ("gluten sensitivity" è il termine corretto anglosassone) produce in effetti sintomi intestinali molto simili alla celiachia, ma a differenza della celiachia non produce



L'ingresso di via Dante

danni per l'intestino, e pertanto non può portare a serie conseguenze. La celiachia è invece caratterizzata da un danno, mediato dal sistema immunitario, dei villi intestinali che, una volta danneggiati, riducono la loro capacità di assorbire le sostanze nutritive essenziali.

Ne consegue un ventaglio molto ampio di sintomi, non solo di natura gastrointestinale (dolore addominale, diarrea) comprendente l'anemia da carenza di ferro, l'osteoporosi e, nel bambino, lo scarso accrescimento, l'infertilità. In Italia la celiachia colpisce 1 persona su 100, ma rimane purtroppo in molti casi non diagnosticata. Si stima che annualmente viene diagnosticato solo poco più del 30% dei casi e sono quasi 400.000 i pazienti celiaci che non hanno ancora ricevuto una dia-

gnosi corretta. Eppure, sottolinea la dottoressa, la diagnosi non è particolarmente difficile. In caso di sospetto clinico è sufficiente un esame del sangue cui seguirà, in caso di positività, una gastroscopia con biopsie duodenali, indispensabile per una diagnosi di certezza nell'adulto ma non sempre necessaria nei pazienti più piccoli. Una volta diagnosticata, la malattia celiaca necessita un monitoraggio specialistico, per valutare la corretta aderenza alla dieta, indispensabile per prevenire le complicanze della malattia. La "gluten sensitivity", non presenta invece marcatori diagnostici specifici, e pertanto la sua diagnosi è possibile solo dopo avere escluso la celiachia.

Il problema è che la accuratezza diagnostica dei test diagnostici per la malattia celiachia può essere molto scadente in caso il paziente abbia già iniziato una dieta senza glutine. Per questo, conclude la dottoressa, è indispensabile che il paziente con sintomi associati alla introduzione di glutine eviti di apportare modifiche alla dieta e, viceversa, consulti lo specialista per completare il percorso diagnostico. Il rischio altissimo è quello di precludere la corretta diagnosi di celiachia con possibili gravi conseguenze per il paziente.