

Quotidiani ed edizioni locali www.quotidianiespresso.it**Napoli.Repubblica.it**

Campania



16 Aprile 2004

RUBRICA

News
Finanza
Sport
Forum
Meteo
Mappe
Oroscopo
Neve
Benzinometro

**LA BUONA SANITA'**

15 aprile

la Repubblica.it

CERCO E TROVO

TrovaCinema
TrovaFarmaci
TrovaLavoro
TrovaMusei
TrovaTelefono



Il prof. Repani, ordinario di anatomia applicata

"Spesso sono difetti di postura occorre la giusta prevenzione"

La malattia venosa degli arti inferiori colpisce il 55 per cento delle donne, ma non risparmia il sesso maschile in un rapporto di uno a tre. Per migliorare la sintomatologia e prevenire complicazioni sta affermandosi la posturologia. Di cosa si tratta? Il professor Maurizio R è ordinario di Anatomia applicata nell'Istituto universitario di Scienze Motorie a Roma. Spiega: «Quando si rivela una cattiva posizione entra in gioco la valutazione della postura del paziente, cioè lo studio globale dei vari distretti anatomici».

Anche le gambe sono interessate da difetti di postura?

«Certo. Si parte dal controllo degli occhi, verificando se c'è strabismo o ambliopia. In questi casi, dalla statica alterata del rachide cervicale si arriva ad uno scompenso generale della colonna che si ripercuote sugli arti inferiori. Stesso meccanismo per la mandibola».

Ancora una posizione viziata?

«Sì, e si evidenzia durante la funzione masticatoria, determinando un maggior carico dei muscoli di un solo lato del collo. La conseguenza è uno squilibrio degli arti».

E per arrivare alla diagnosi?

«Gli esami strumentali rivelano patologie dei grossi vasi, ma non i difetti di microcircolazione. L'esame clinico vuol dire molto: controllare se la gamba interessata macchia geografica, se ci sono zone rosse alternate ad aree biancastre, se c'è familiarità con la malattia venosa, se c'è sovraccarico di lavoro, e se piedi e mani sono freddi».

Cosa suggerisce?

«La prevenzione è fondamentale. Gli esercizi da ripetere più volte: reimparare la postura corretta attraverso la deambulazione, raddrizzare le spalle spesso curve o proiettate in avanti. Per le vene consigliabili semplici esercizi di flessione-estensione delle gambe accompagnati da massaggi e movimenti naturali per drenare l'apparato linfatico».

<< [torna all'](#)

Gruppo Espresso

Scegli il sito

Kataweb

Scegli il sito

guarda

DeeJay
ascolta

ascolta

Capital
giocam2o
trovaFantacalcio
compra