

# Parla il dottor D'Eustacchio: "Vi spiego come è rinato Radu"

Martedì, 26 Febbraio 2013 13:56 Categorie: [News](#), [Radiosei](#), [Esclusive](#)



Il primo gol di Radu in campionato, messo a segno ieri sera ha aperto la strada al successo della Lazio contro il Pescara. La rete del rumeno porta tante firme, oltre a quella del dottor Stefano Lovati – e dell'intero staff sanitario e atletico biancoceleste – inevitabile anche quella della Fisioequipe, il gruppo di fisioterapisti che grazie al lavoro sulla propriocezione ha portato il terzino ad uno stato di forma mai visto in biancoceleste. Di questa unità, insieme con Marco De Angelis e Alessio Paganelli, fa parte Stefano D'Eustacchio, intervenuto stamattina in esclusiva ai microfoni di Radiosei nella trasmissione Sei Volte Buongiorno. "Su Stefan si è lavorato sulla mobilità, sulla biomeccanica dell'arto inferiore – spiega lo specialista – Il giocatore aveva un problema al ginocchio che si trasmetteva all'anca e al piede, sistemati questi distretti abbiamo effettuato una valutazione e una riprogrammazione propriocettiva. Pensando ad un'auto di grande cilindrata, la propriocezione è paragonabile al sistema di controllo che deve essere in grado di controllare prima e scaricare poi tutta la potenza del mezzo. Sul corpo noi facciamo la stessa cosa – continua – I nostri test valutano i due sistemi che gestiscono la propriocezione: vestibolare e propriocettivo. Il primo è quello che rende impossibile il miglior scarico di forze, il secondo rende funzionale al massimo il sistema muscolo-scheletrico". Radu, in sostanza, aveva un motore potente servito da un sistema di controllo di basso livello, D'Eustacchio spiega come tale sistema è stato "adeguato" alla forza dell'atleta. "La propriocezione rende possibile lo scarico effettivo della potenza di cui è provvisto ogni sportivo – precisa l'esperto – Il sistema di controllo del corpo va analizzato e allenato parallelamente allo stesso". Per valutare la propriocezione D'Eustacchio utilizza il metodo Delos, inventato dal dottor Riva, dal 1997 numero uno nell'analisi della propriocezione e del controllo posturale statico e dinamico. "L'allenamento propriocettivo riguarda l'equilibrio, un lavoro fatto da sempre, la differenza sta nel come e nel tipo di equilibrio che si allena: l'uno, basato sulla libertà di creare compensi; l'altro, l'ottimale, strutturato e che va ad agire sulla miglior postura possibile – continua ancora il medico – Il sistema Delos è provvisto di una tavola basculante, su cui si poggiano i piedi alternativamente, e di un sensore posto sullo sterno. L'equilibrio viene calcolato dalla macchina tramite l'elaborazione di un software che ci dice quanto i due sistemi, piede e corpo, siano instabili. La sommatoria dei due ci dà la funzionalità o del sistema vestibolare o di quello propriocettivo: il primo è quello cosiddetto "caotico", che fa male all'atleta perché genera le forze di taglio orizzontali che impediscono all'asse verticale di esprimere la propria forza; l'altro è quello buono, che massimizza lo scarico a terra della potenza della "macchina" corpo umano. Il vantaggio di questo sistema è che l'atleta con i suoi occhi vede se il difetto maggiore è sul sistema corpo o sul sistema piede, potendolo correggere in tempo reale; insisto: la capacità del motore non va paragonata al sistema di controllo, i due sistemi vanno valutati e allenati parallelamente, l'uno non allena l'altro ma insieme si potenziano. Noi abbiamo rimesso in sesto Radu, poi la sua esplosione è grande merito dello staff medico e atletico dei biancocelesti, dal dottor Lovati al preparatore Rongoni". Oltre che su Radu, la riprogrammazione propriocettiva è stata effettuata anche su Ederson, "l'acquisto" più atteso da Petkovic dopo lo stop del 6 dicembre scorso e le recenti brevi apparizioni, ultima quella di ieri contro il Pescara. "Il brasiliano aveva una situazione diversa, aveva una lesione muscolare, era fermo da un po' ed aveva decisi problemi di sovraccarico – sottolinea – Vedrete che il numero 7 ha raggiunto livelli propriocettivi ottimali, come quelli di Radu, sta ricominciando il lavoro con Rongoni e avrà lo stesso decorso del rumeno: anche Ederson è una macchina con uno splendido motore". Ultimo pensiero anche per Konko, spesso accusato la scorsa stagione di essere un po' leggero quando c'era da stringere i denti per essere in campo. "L'abbiamo valutato circa un anno fa – conclude il fisioterapista – Abbiamo osservato un ridottissimo utilizzo del sistema propriocettivo (ovvero la scarsa capacità di "sentire", controllare e gestire al meglio le proprie forze, ndr) e un problema a livello articolare della caviglia del polpaccio spesso soggetto a contratture".

Gianluca La Penna, Radiosei