

ABSTRACT

UNIVERSITA' DEGLI STUDI DELL'INSUBRIA – Corso di Laurea in Fisioterapia

Tesi di Laurea di: Pietro Mantoan Matricola n. 714664

Relatore: Ft. Dott.ssa Erminia D'Amanzio

TITOLO: STUDIO PRELIMINARE DELL'EFFICACIA DEL KINESIO TAPING® METHOD SULL'ELASTICITÀ DEGLI ISCHIOCRURALI COME FATTORE DI PREVENZIONE DA INFORTUNI

Introduzione: Gli infortuni agli arti inferiori sono i più frequenti durante un'intera stagione sportiva in una squadra di calcio. Esiste una correlazione tra la mancanza di elasticità negli ischiocrurali e nel quadricipite femorale e l'aumento del rischio d'infortunio a questi muscoli.

Obiettivo dello studio: Verificare se l'applicazione di Kinesio Tape sui muscoli ischiocrurali può modificarne l'elasticità muscolare. Secondo obiettivo è identificare quale delle due applicazioni di Kinesio Tape utilizzate (facilitazione ed inibizione muscolare) dà migliori risultati.

Materiali e metodi: Reclutati 20 calciatori agonisti non professionisti con nessun infortunio muscolare nei 3 mesi precedenti, e randomizzati in due gruppi a cui sono state effettuate due diverse applicazioni di Kinesio Tape (facilitazione ed inibizione muscolare). L'elasticità degli ischiocrurali è stata misurata con lo Stand & Reach Test (SRT). L'intera prova consiste in 5 ripetizioni del SRT, intervallate da 4 sessioni di cammino. Durante il terzo test è stato applicato il Kinesio Tape, ottenendo così 3 misurazioni senza l'applicazione e 2 con il tape.

Risultati: Considerando l'intero campione si è riscontrato un aumento medio della lunghezza degli ischiocrurali del 54,55% (p-value=0,0001) tra la quinta e la terza misurazione, e del 64,29% (p-value<0,0001) nel confronto tra la prima e l'ultima prova. Suddividendo il campione nei due gruppi di applicazione, è stato calcolato un miglioramento dell'8% dell'elasticità nel gruppo facilitante (p-value=0,0026) rispetto al gruppo inibente (p-value=0,011).

Conclusioni: Tale metodo offre un valido supporto all'attività fisica agonistica mostrando significativi miglioramenti nell'elasticità muscolare, con un riscontro maggiore nell'applicazione facilitante. In contrasto a quanto descritto finora in letteratura.

