

QUEL FASTIDIOSO DOLORE AL PUBE..

La pubalgia dell'atleta rappresenta un tema di discussione piuttosto controverso, soprattutto per ciò che riguarda il suo trattamento terapeutico. E' molto importante sottolineare l'enorme importanza di una corretta e pronta diagnosi. Infatti, solamente dopo aver raggiunto una diagnosi di certezza diviene possibile instradare il paziente verso il tipo di trattamento per lui maggiormente appropriato, sia che quest'ultimo possa essere di tipo conservativo, oppure chirurgico.

E' di fondamentale importanza sottolineare il fatto che il termine "pubalgia" descrive solamente il sintomo – in effetti il termine descrive una sintomatologia dolorosa nella zona pubica – e non rappresenta una diagnosi. Infatti, le cause di un dolore nella zona pubica possono essere suddivise in ben 10 diverse categorie che comprendono ben 37 differenti patologie (Omar e coll., 2008). Ovviamente, ognuna di queste cause d'insorgenza della pubalgia prevede un percorso terapeutico, chirurgico o conservativo, ben preciso. Cominceremo quindi con questo numero di "buono a sapersi" un viaggio virtuale nel "mondo pubalgia", esaminando velocemente, se non tutte, almeno le principali cause d'insorgenza della sintomatologia. Oggi ci occuperemo di ernia e sport ernia.

L'ernia

Sia l'ernia che la sport ernia sono classificate da Omar e coll., nella categoria che comprende le cause viscerali di pubalgia. Anche gli atleti possono essere soggetti ad ernie inguinali, sia dirette che indirette, anche se le ernie dirette (vedi figura 1) sono in effetti meno frequenti. La diagnosi di ernia, oltre che clinica, deve basarsi sull'esame ecografico durante il quale occorre effettuare delle manovre ben precise che rendano evidente l'ernia stessa. Il trattamento di un'ernia inguinale è di tipo chirurgico. Anche se nella grande maggioranza dei casi il trattamento chirurgico di un'ernia esita con successo, occorre comunque ricordare che possono verificarsi delle complicazioni post-chirurgiche che possono, in qualche caso, impedire all'atleta di ritornare agli stessi livelli di prestazione (Omar e coll., 1998). Il trattamento chirurgico si rende necessario per il fatto che i soggetti sofferenti di ernia inguinale nella maggior parte dei casi vedono fallire il trattamento conservativo. La chirurgia di ernia inguinale da dei buoni risultati nell'87% dei casi circa e gli atleti sono in grado di tornare in campo in circa 4 settimane (Ahumada e coll., 2005; Kachingwe, 2008).

La sport ernia

La sport ernia, denominata anche sportsman's hernia o athletic hernia, rappresenta un indubbio problema clinico. La diagnosi di sport ernia in genere viene posta nel momento in cui non vi sia un'ernia inguinale conclamata ma, in ogni caso, persista un dolore inguinale durante l'attività sportiva. La sintomatologia è molto simile a quella causata da una vera e propria ernia, anche se quest'ultima non è presente. Infatti, la sport ernia è definibile come una zona di debolezza della parete posteriore del canale inguinale, senza che peraltro sia presente una vera e propria ernia. Anche nel caso di sport ernia il trattamento conservativo ha poco successo, e nel caso d'insuccesso di un adeguato programma conservativo protratto per un periodo di circa 6-8 settimane, si rende necessario un trattamento di tipo chirurgico che comporta il posizionamento di una retina protesica non-riassorbibile e biocompatibile che rafforza la parete (Susmalliane coll., 2004) Anche in questo caso sono possibili delle complicazioni post-chirurgiche che talvolta possono rendere necessaria la rimozione della retina stessa. In genere il ritorno in campo avviene in circa 8 settimane.

3 CONSIGLI DA LEGGERSI IN 60 SECONDI

Per il calciatore

Se soffrite di una sintomatologia dolorosa al pube e contestualmente soffrite di questa serie di sintomi:

- un piccolo rigonfiamento in uno o entrambi i lati dell'inguine che possono aumentare in termini di dimensioni e che scompaiono quando si sta sdraiati.
- fastidio o dolore dovuto alla tensione durante il sollevamento di pesi o l'esercizio fisico, tossendo o starnutando.
- bruciore o dolore da rigonfiamento a livello addominale.

E probabile che soffriate di ernia inguinale.

Se invece soffrite di fitte dolorose localizzate nella parte bassa dell'addome, a livello dell'inguine e del testicolo ma ad una prima visita clinica è stata esclusa una vera e propria ernia, è possibile sospettare una sport ernia. In entrambi i casi è consigliabile rivolgersi immediatamente ad uno specialista.

Per lo staff

Soprattutto nel caso di sport ernia, cercate d'indirizzare il vostro giocatore verso un buon specialista che sappia consigliargli il miglior percorso terapeutico da intraprendere. In caso d'intervento chirurgico occorre poi porre la stessa attenzione nella scelta del programma riabilitativo.

Per i dirigenti

Non effettuate troppe pressioni per un ritorno in campo eccessivamente veloce dopo un percorso terapeutico che può anche non essere agevole, a volte un rientro inopportuno può pregiudicare in un giorno l'esito di settimane di lavoro.

- A** [Le ernie epigastriche](#)
si sviluppano nella parte superiore dell'addome sulla linea mediana.
- B** [Le ernie incisionali](#)
si sviluppano nel punto in cui in precedenza è stata eseguita un'incisione chirurgica.
- C** [Le ernie ombelicali](#)
si verificano in corrispondenza dell'ombelico.
- D** [Le ernie inguinali dirette](#)
si sviluppano accanto all'apertura del canale inguinale.
- E** [Le ernie inguinali indirette](#)
si sviluppano nell'inguine in corrispondenza dell'apertura del canale inguinale.
- F** [Le ernie femorali](#)
si sviluppano nel canale femorale.

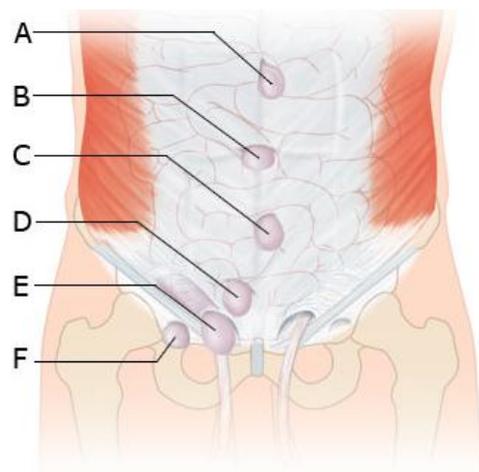


Figura 1: la disclocazione anatomica dei vari tipi di ernia. Da. <http://hernia.goremedical.com>

Per chi volesse Approfondire

Ahumada LA, Ashruf S, Espinosa-de-los-Monteros A, Long JN, de la Torre JI, Garth WP, Vasconez LO. Athletic pubalgia: definition and surgical treatment. *Ann Plast Surg.* 2005; 55(4):393-6.

Bisciotti GN. *La pubalgia dello sportivo.* Calzetti e Mariucci edizioni. Perugia, 2010.

Kachingwe AF., Grech S. Proposed algorithm for the management of athletes with athletic pubalgia (sports hernia): a case series. *J Orthop Sports Phys Ther.* 2008; 38(12):768-81.

Omar IM., Zoga AC., MD., Kavanagh EC., Koulouris G., Bergin D., Gopez AG., Morrison WB., Meyers, WC. Athletic Pubalgia and “Sports Hernia”:Optimal MR ImagingTechnique and Findings. *RadioGraphics.* 2008; 28:1415–1438.

Susmallian S., Ezri T., Elis ., Warters R., Charuzi I., Muggia-Sullam M. Laparoscopic repair of “sportman’s hernia” in soccer players as treatment of chronic inguinal pain. *Med Sci Monit.* 2004; 10(2): 52-54.