

di Pierpaolo Gasparini

Tecnico Ortopedico



Le ali ai piedi

Gli antichi greci avevano attribuito questa capacità ad una divinità tale Ermete che poi i Romani rinominarono in Mercurio, immancabilmente raffigurato con le ali ai piedi. D'altra parte, lui di lavoro o scopo nella vita faceva il messaggero e quindi era sempre di corsa da una parte a un'altra. Ma noi comuni mortali possiamo ambire ad avere questa capacità? Vi dirò che in realtà ciascuno nel suo piccolo può, quanto meno, ambire a trarre il massimo dai propri piedi andando a guadagnare in

stabilità, slancio e velocità. Freno per una volta la mia ambizione scrittoria e affido in gran parte ad immagini la risposta al quesito posto poche righe fa. Grazie alla tecnologia per immagini si può facilmente individuare quale forma viene disegnata dai passi compiuti dai nostri piedi. Questa forma, nella condizione ideale, corrisponde ad una farfalla. Una sorprendente corrispondenza che ci aiuta in fase di analisi a comprendere come e quanto supportare i piedi per raggiungere una situazione ottimale del passo e quindi anche della velocità.

Vi mostro di seguito due immagini di una analisi eseguita sul tapis roulant che rileva le pressioni dei piedi di un corridore amatoriale durante le varie fasi del passo. La prima immagine descrive il passo del corridore in condizione naturale ovvero privo di supporti. Si osserva che la forma delle ali della farfalla non è bilanciata in quanto a sinistra il tracciato è sproporzionato, segno di disallineamento.

(Immagine A)

A seguito della creazione di plantari personalizzati il corridore ha ripetuto l'esame sul tapis roulant confermando che il supporto ha compensato lo squilibrio precedente. Le ali della farfalla sono adesso simmetriche e di egual misura.

(Immagine B)

In termini metaforici potremmo dire che la farfalla ha concluso la sua metamorfosi ed è pronta a spiccare il volo leggiadra. Concretamente il corridore ha affermato di aver guadagnato stabilità e scioltezza nella corsa a tutto beneficio di velocità e

minor fatica. In questo senso intendo dire che ciascuno nel suo piccolo può liberare le ali dei propri piedi andando a migliorare la prestazione locomotoria nella vita di tutti i giorni e nell'attività sportiva.

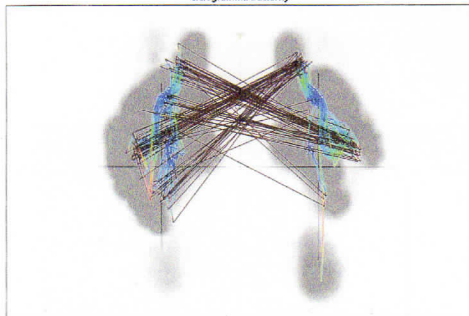
Auguro a tutti voi lettori un buon 2023 con le ali ai piedi.

Pierpaolo Gasparini

Ortopedia Tecnica Gasparini
via Milano, 57 - Bonate Sopra
www.ortopediatecnicagasparini.it

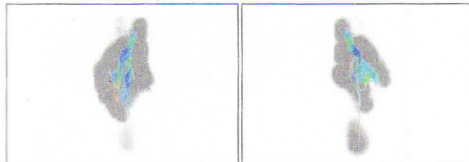
ORTOPEDIA TECNICA GASPARINI Gait Report
Persona: 1752, Gait Analysis FDM-T, CORSA 8.5
Registrazione: Ortopedia Tecnica Gasparini

Analisi COP
Ciclogramma Butterfly



Linea Gait sinistra

Linea Gait destra



Parametri Ciclogramma Butterfly

Lunghezza della gait line, mm	L	101.2 ± 20.1	130 mm
	R	91.8 ± 15.7	
Linea supporto singolo, mm	L	91.8 ± 15.7	
	R	91.8 ± 15.7	
Posizione Ant./Post., mm		50.0 ± 11.3	45 mm
Simmetria laterale, mm		-8.2 ± 10.3	24 mm
Max gait line velocity, cm/sec		92.1	

Immagine A

ORTOPEDIA TECNICA GASPARINI Gait Report
Persona: 0934, Gait Analysis FDM-T, CORSA CON SCARPE ...
Registrazione: Ortopedia Tecnica Gasparini

Analisi COP

Ciclogramma Butterfly



Linea Gait sinistra

Linea Gait destra



Parametri Ciclogramma Butterfly

Lunghezza della gait line, mm	L	102.2 ± 20.0	130 mm
	R	102.2 ± 20.0	
Linea supporto singolo, mm	L	102.2 ± 20.0	
	R	102.2 ± 20.0	
Posizione Ant./Post., mm		55.2 ± 8.8	50 mm
Simmetria laterale, mm		1.4 ± 5.7	21 mm
Max gait line velocity, cm/sec		111.1	

Immagine B