

L'OCCLUSIONE DENTALE E LA PRATICA SPORTIVA

L'azione che il bite svolge annulla tutti i disquilibri funzionali nei rapporti tra le arcate ripristinando la coordinazione motoria durante l'attività fisica: un'analisi approfondita



dai motociclisti ai calciatori, dai nuotatori ai cestisti. Avere un bite personalizzato per un atleta significa quindi diminuire il rischio di contratture (in quanto viene facilitata l'azione respiratoria che consente minore produzione di acido lattico), proteggere le superfici dentali dal serramento durante il massimo sforzo, mantenere rilassati i muscoli della masticazione e del collo, diminuire lo stress migliorando il livello di concentrazione. Nel nostro studio il paziente atleta viene esaminato dal punto di vista della sua occlusione abituale e, dopo il rilevamento di impronte e un'attenta analisi funzionale, gli viene costruito un bite su misura rispetto alla sua occlusione e al tipo di sport che esercita. Verranno poi eseguiti dei controlli periodici durante i quali si verifica il risultato.

Dottor Mario Martelloni
Odontotecnico Claudio Bocci

Alla luce delle più recenti acquisizioni, sembra che l'occlusione dentale svolga un ruolo importante sulla postura del corpo. Nel caso in cui questa risulti alterata, le conseguenze a livello fisico sono diverse e tangibili. Per un atleta professionista, o non professionista ma che esercita la propria disciplina in maniera intensa, assistiamo a una diminuzione di equilibrio, forza, resistenza, velocità e concentrazione. L'azione che il bite svolge annulla tutti i disquilibri funzionali nei rapporti tra le arcate, rendendo così l'occlusione bilanciata e armonica, ripristinando la coordinazione motoria, migliorando l'efficienza dell'azione e quindi esaltando il rendimento.

TIPOLOGIE. Il bite è un ausilio costruito da tecnici specializzati, i

quali, in seguito alla prescrizione di un odontoiatra gnatologo, ne eseguono la costruzione con materiali e tecniche moderne. Oggi i bite sono molto sottili e leggeri, così da adattarsi perfettamente agli elementi dentari di chi li indossa e permettendo all'utilizzatore di parlare e respirare senza alcun problema. Sono costruiti con materiali più o meno rigidi e vengono scelti in base al tipo di sport che si pratica. Per esempio, in sport prevalentemente anaerobici in cui la prestazione ad alta intensità si svolge in tempi brevi sono preferibili bite rigidi, che obbligano la mandibola in una posizione fissa anche in situazioni di

velocità, sci alpino). Bite morbidi sono da preferire in sport a media intensità prolungati nel tempo, dove la presenza di un corpo estraneo rigido in bocca risulterebbe intollerabile e di impedimento alla respirazione e deglutizione. Alcune specialità sportive (motociclismo e automobilismo) consentono e favoriscono l'instaurarsi di parafunzioni, serramento e bruxismo; in queste sembrano più indicati bite semi-rigidi in grado di impedire e compensare queste problematiche occlusali senza essere di troppo ingombrante e fastidioso.

GLIEFFETTI. Oggi vediamo sempre più sportivi che ne fanno uso,

SPECIAL OLYMPICS

Vi racconto la mia rivoluzione più forte della violenza verbale

Ospitiamo l'intervento di Luciano Scandariato, Atleta Special Olympics, che ha cambiato la propria vita grazie allo sport.

Ho un aspetto particolare che spesso crea distanza tra me e gli altri. Per anni sono rimasto chiuso in casa e avevo solo quei pochi amici capaci di andare oltre l'apparenza. Ho dovuto faticare non poco per arrivare a sentirmi parte di questo mondo e non un alieno. Non uscivo mai di casa se non per andare a fare la spesa e, puntualmente, mi sentivo gli sguardi della gente addosso, pieni di sentimenti diversi: dalla paura al ribrezzo, dalla pena allo scherno. Ho subito negli anni tanta violenza verbale e se, in qualche modo, riuscivo a sopportare le "innocue" provocazioni dei bambini, diverso era quando a prendermi di mira erano gli adulti. Allora sì, mi arrabbiavo molto e sofferivo.

LA SVOLTA. La mia vita è stata tutta così, si può dire che è stata "ferma" per 13 lunghi anni. Poi è arrivato il 1996, la svolta, quando mi diagnosticarono una malattia alla mano sinistra. All'inizio l'ho vissuta come un accanimento del destino crudele nei miei confronti e, invece, col senno del poi, si rivelò una specie di benedizione per me. Infatti, a seguito dell'operazione chirurgica, mi consigliarono di fare sport, in particolare il nuoto, dissero che mi avrebbe fatto bene per riacquistare la manualità. Nessuno però mi avvisò che dovevo star



Luciano Scandariato

pronto, perché mi avrebbe cambiato la vita. Così è stato.

A BORDO VASCA. Ricordo ancora le mie prime volte in piscina, ero sempre a bordo vasca con cintura, tubo, avevo paura e non mi spostavo mai dal bordo. Nell'ottobre del 2001 ho fatto le mie prime vasche, senza alcun ausilio. Sei mesi dopo sono riuscito a completare la mia prima vasca intera nei 25 metri di stile libero. Un'emozione che mai dimenticherò in tutta la vita. Da lì è partita "la mia rivoluzione", grazie allo sport che oggi va dal nuoto, all'atletica, al calcio alla corsa con le racchette da neve, grazie alle medaglie vinte, all'allenamento in palestra, alla partecipazione agli eventi. Tutto ciò è

la mia vita ritrovata. Oggi affronto ogni attività con la massima serenità, e divido il mio tempo fra la squadra e il volontariato. Special Olympics oggi è la mia famiglia. Oggi sono un atleta.

SPECIAL OLYMPICS. Se 50 anni fa le persone come me venivano relegate in casa e uscivano e viaggiavano solo per le visite mediche e gli interventi chirurgici, o al massimo per qualche pellegrinaggio della speranza, oggi non è più così. Oggi noi atleti partiamo anche soli, senza genitori e con la nostra squadra, per partecipare a eventi importanti, partiamo da protagonisti ci facciamo la valigia da soli e ci mettiamo dentro un sacco di sogni. Al ritorno questa stessa valigia pesa, è piena di medaglie, ma anche di nuove consapevolezza, capacità e autonomie che ci rendono più forti. Anche i nostri genitori vivono la loro "personale rivoluzione", se prima erano apprensivi e sempre tristi, oggi ci lasciano andare, sono i primi nostri tifosi e in noi ci credono. Il cambiamento che opera Special Olympics è graduale e lento, si scontra ancora oggi con innumerevoli stereotipi e pregiudizi, di primo impatto può sembrare impercettibile traendo in inganno chi non ne percepisce l'urgenza e pensa che "è solo sport", che "non salva le vite". Niente di più sbagliato, la mia vita l'ha salvata, è iniziata con Special Olympics.

© COPYRIGHT UNIVERSITÀ NICCOLÒ CUSANO

I MONDI DELLE DONNE
a cura di Paola Paoloni

Disponibile su
WWW.EDICUSANO.IT
anche nelle versioni eBook.

EDICUSANO
La casa editrice dell'Università Niccolò Cusano