

Spalla nel pilota di Motocross

Ciao a tutti! Sono Chiara, una studentessa di Fisioterapia prossima alla Laurea.

Chiedo gentilmente il vostro aiuto per la compilazione della mia Tesi di Laurea, che sarà proprio sul pilota di Motocross, in particolare sul trattamento dell'instabilità di spalla.

I dati saranno trattati nel rispetto della normativa in materia di privacy e dei principi di correttezza, di liceità, di trasparenza e di tutela della Sua riservatezza e dei Suoi diritti. (vi chiedo anche nome e cognome per completezza poiché mi aiuteranno nel riordino dei dati, ma non verranno divulgati in alcun modo. Non siete comunque obbligati ad inserirlo se non ve la sentite).
Grazie mille a tutti!

Nome e cognome:

Data di nascita:

Da quanti anni fai Motocross?

Sei un professionista?

- Sì
- No

Ti sei mai lussato una spalla?

Puoi dare più risposte

- Destra
- Sinistra
- Entrambe
- Più volte la destra
- Più volte la sinistra
- No (in questo caso termina qui il questionario)

Se sì, specificare a che età (circa):

C'erano concomitanti fratture ossee e/o cartilaginee e/o di legamenti?

(Se hai subito più lussazioni, specifica in "Altro" in quali ci sono state concomitanti fratture)

- Sì
- No
- Altro:

Ti sei operato?

(Se hai subito più lussazioni, specifica in "Altro" per quali ti sei operato)

- Sì
- No
- Altro:

Avevi dolore nei giorni/settimane successivi alla lussazione?

Puoi dare più risposte

(Se hai subito più lussazioni, specifica in "Altro" per quali hai avuto dolore)

- No
- Durante la Fisioterapia
- Durante le attività quotidiane
- In Moto
- Altro:

Se sì, quanto da 0 a 10 (specificare in quale attività)?

(0 = nessun dolore;

10 = peggior dolore possibile)

Dopo la lussazione hai fatto una visita specialistica?

(Se hai subito più lussazioni specifica in "Altro" per quali hai fatto una visita specialistica)

- Sì
- No
- Altro:

Dopo la lussazione hai fatto Fisioterapia?

Puoi dare più risposte

(Se hai subito più lussazioni, specifica in "Altro" ciò che hai fatto per ogni lussazione)

- Terapia fisica (Laser, Tecar, Magnetoterapia, ecc...)
- Terapia in acqua
- Rieducazione motoria (il Fisioterapista lavora sulla spalla e fa fare esercizi)
- Allenamento al gesto atletico (esercizi che simulano quello che si fa in moto)
- Esercizi a casa
- No
- Continuo anche adesso a fare esercizi
- Altro:

Se sì, per quanto tempo (circa, in settimane/mesi)?

Fai esercizi di rinforzo/attivazione della spalla prima di un allenamento e/o di una gara?

- Sì
- No

In gara/allenamento utilizzi tutori per la spalla, taping o altro?

- Sì
- No

Come senti la/e spalla/e quando sei in Moto?

(Esempi: Stabile, Instabile, facilmente affaticabile, dolente...)