



BERNSTEIN

www.centrobernstein.it

Lab

Medical
Fitness

I test che
proponiamo

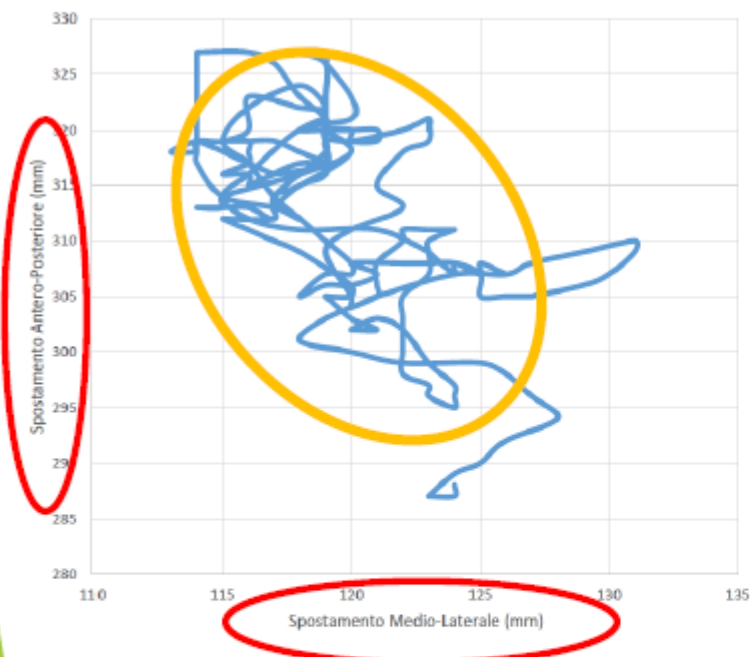
Test stabilometrico monopodalico

- ▶ Appoggio
Monopodalico
- ▶ Occhi aperti
- ▶ Braccia al petto

- ▶ Eventuale test bipodalico
(soggetti anziani)



Outcome valutabili



Dati CoP

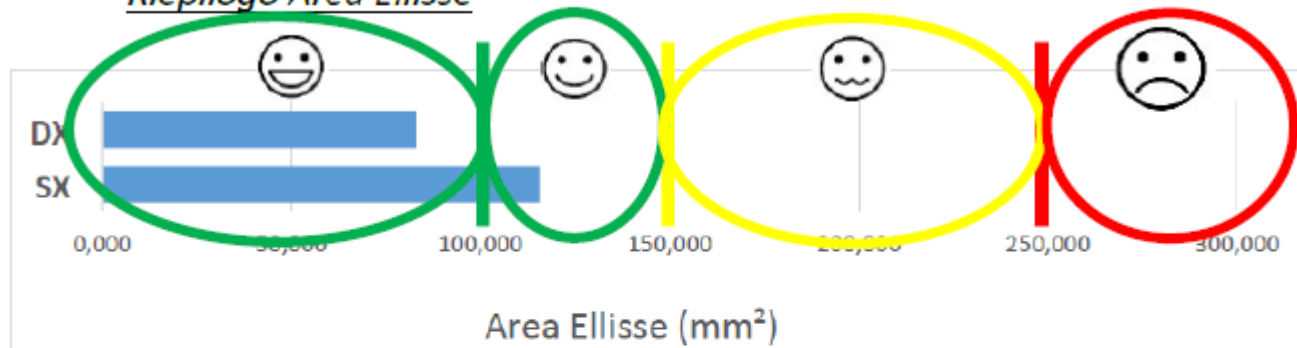
- Distanza Percorsa AP (mm)
- % Spostamento AP
- Distanza Percorsa ML (mm)
- % Spostamento ML
- Distanza Percorsa Totale (mm)
- Angolo deviazione asse AP (°)

Analisi Area Ellisse Standard

- Ellisse Maggiore (mm)
- Ellisse Minore (mm)
- Coefficiente Angolare (°)
- Area Ellisse (mm²)

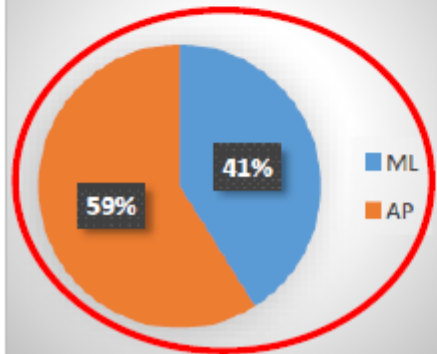
Referto

Riepilogo Area Ellisse

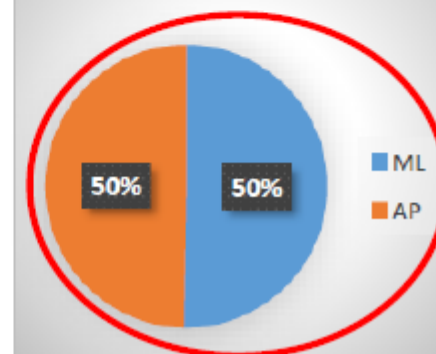


Riepilogo Spostamento CoP

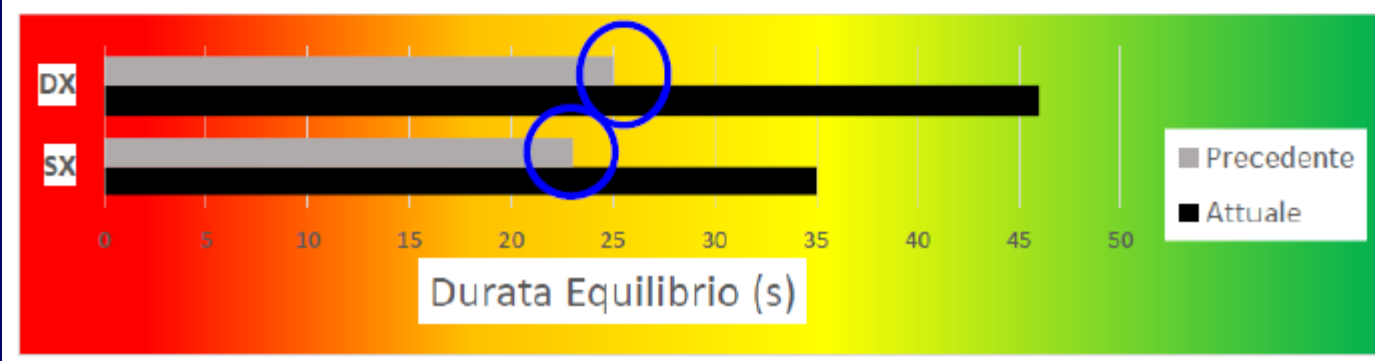
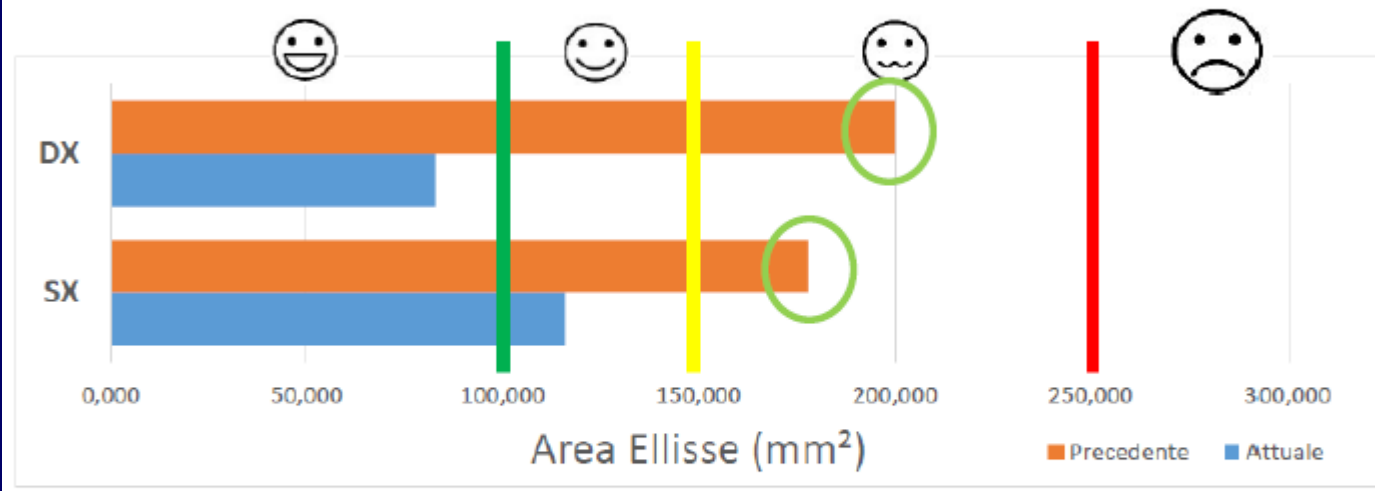
Lato Destro



Lato Sinistro



Confronto con prova precedente



Analisi del passo su piattaforme di forza

Parametri valutati

- Accettazione del carico
- Ammortizzazione
- Fase di spinta
- Area Curva
- Correlazione



Referto

ANALISI FORZA VERTICALE

Grafico

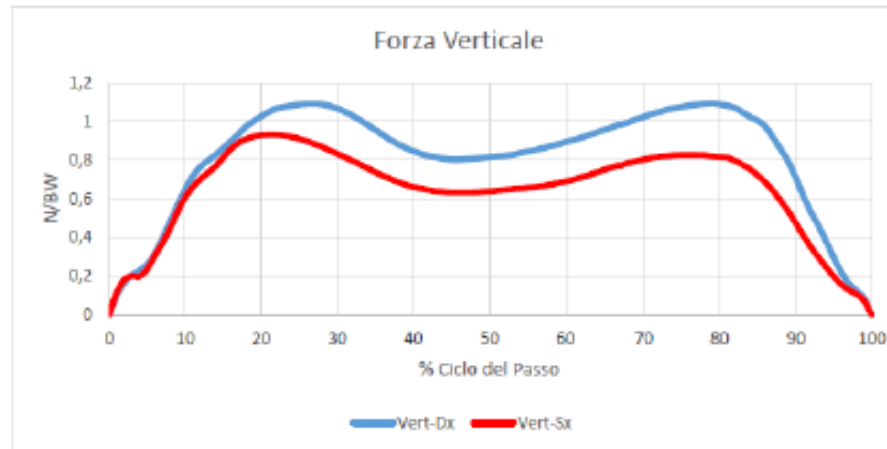


Tabella riassuntiva

	Sinistra	Destra	Differenza (%BW)
Accettazione del Carico (N/BW)	0,9304	1,0904	15,9970
Ammortizzazione (N/BW)	0,6324	0,8019	16,9471
Fase di Spinta (N/BW)	0,8262	1,0919	26,5744
			Differenza (%)
Area Curva (Nc/BW)	0,6511	0,8169	20,2844
Correlazione	0,9727		

Correlazione:

> 0.97 Buona Simmetria Pattern DX-SX

0.95-0.97 Discreta Simmetria Pattern

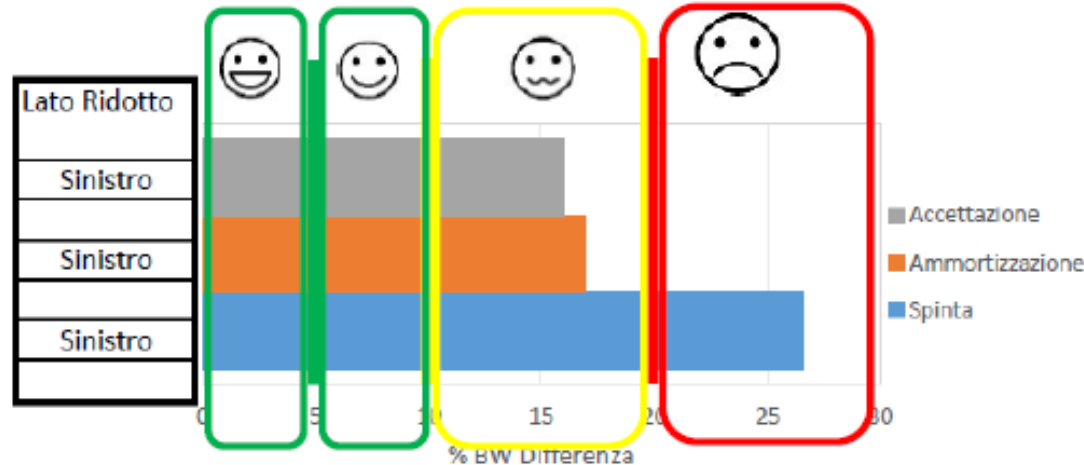
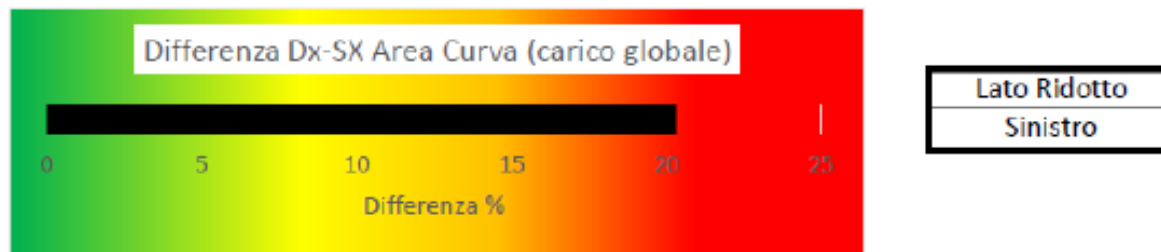
DX-SX

< 0.95 Ridotta Simmetria Pattern DX-SX

Referto

REFERTO

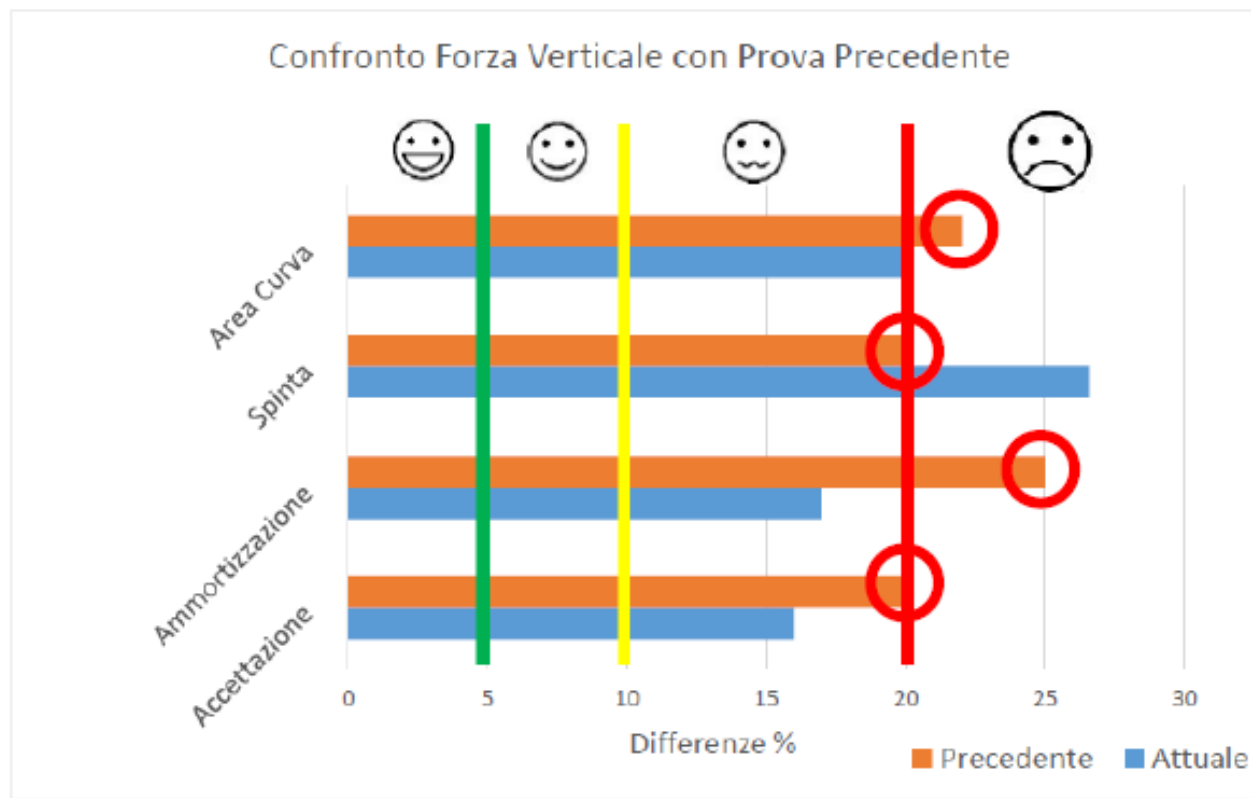
Riepilogo Forza verticale



Legenda Differenza:

- Differenza < 5%
Trascurabile
- Differenza 5-10%
Leggera Riduzione
- Differenza 10-20%
Media Riduzione
- Differenza > 20%
Marcata Riduzione

Confronto con prova precedente



Il test isocinetico

Il test che viene proposto serve per valutare:



- ▶ Forza
- ▶ Potenza
- ▶ Resistenza

Articolazioni interessate:

- ▶ Caviglia
- ▶ Ginocchio
- ▶ Spalla

Report

Test isocinetico ginocchio 90° /sec

Tabella riassuntiva Estensione

	Destro	Sinistro	Deficit %	Lato Ridotto
Picco Torque (Nm)	141,0	157,0	10,2	Destro
Picco Torque/BW %	235,0	261,7	10,2	Destro
Lavoro (J)	185,0	182,0	1,6	Sinistro
Potenza (W)	100,0	127,0	21,3	Destro

Tabella riassuntiva Flessione

	Destro	Sinistro	Deficit %	Lato Ridotto
Picco Torque (Nm)	82,0	100,0	18,0	Destro
Picco Torque/BW %	136,7	166,7	18,0	Destro
Lavoro (J)	138,0	115,0	16,7	Sinistro
Potenza (W)	96,0	78,0	18,8	Sinistro

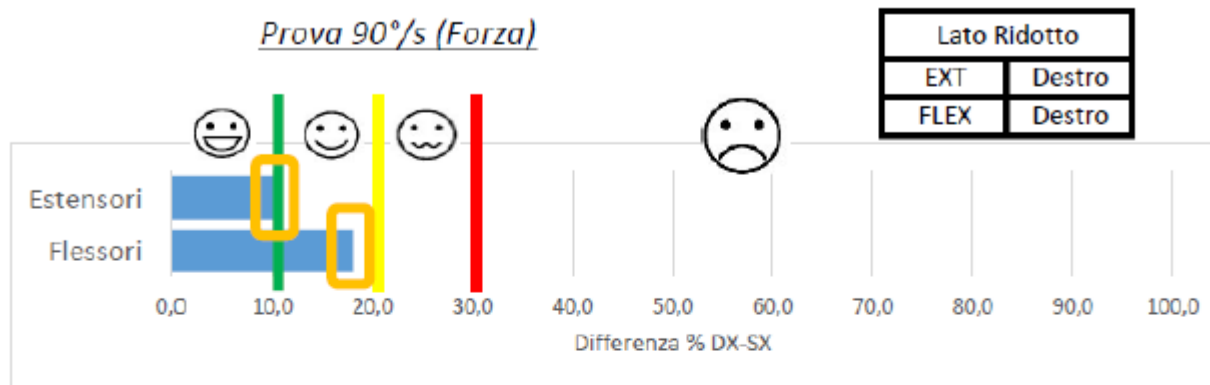
Peso Soggetto (Kg)	60
--------------------	----

Parametri per Ext e Flex

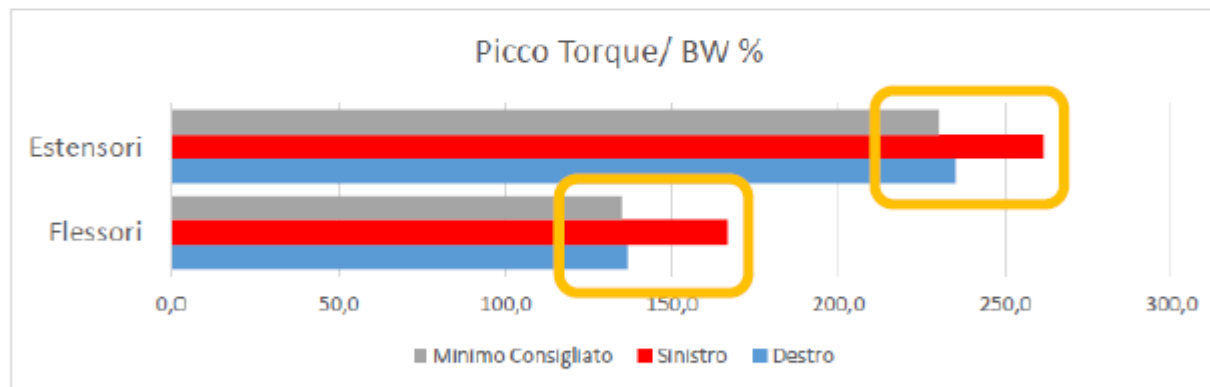
- Picco Torque
- Picco Torque /BW
- Lavoro
- Potenza

Report

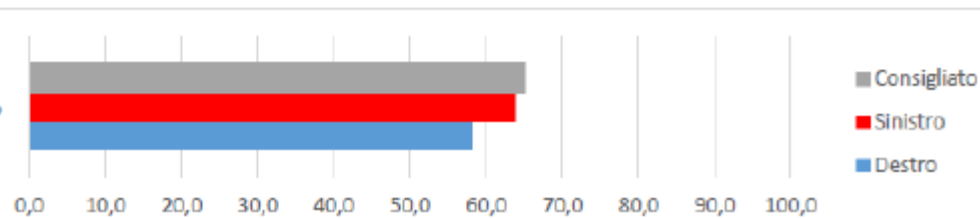
Prova 90°/s (Forza)



Picco Torque/ BW %

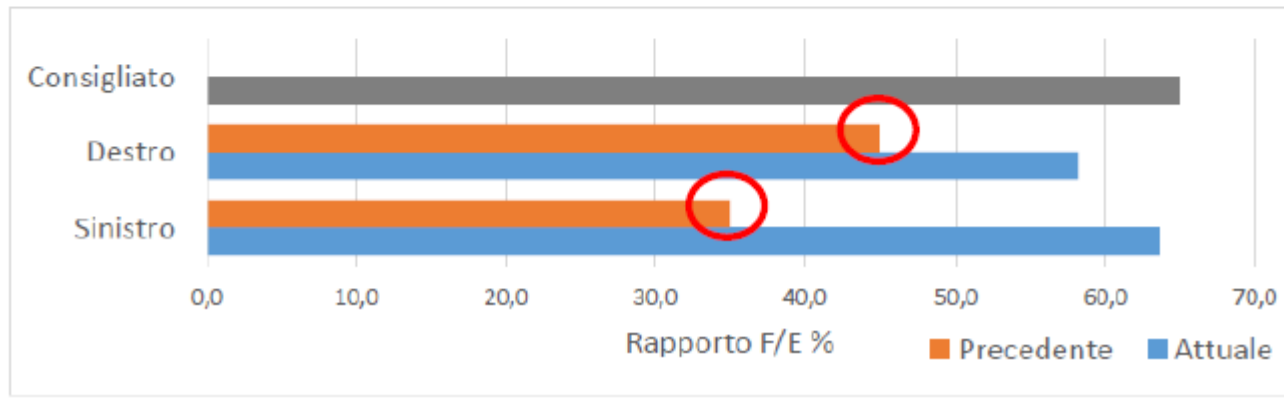
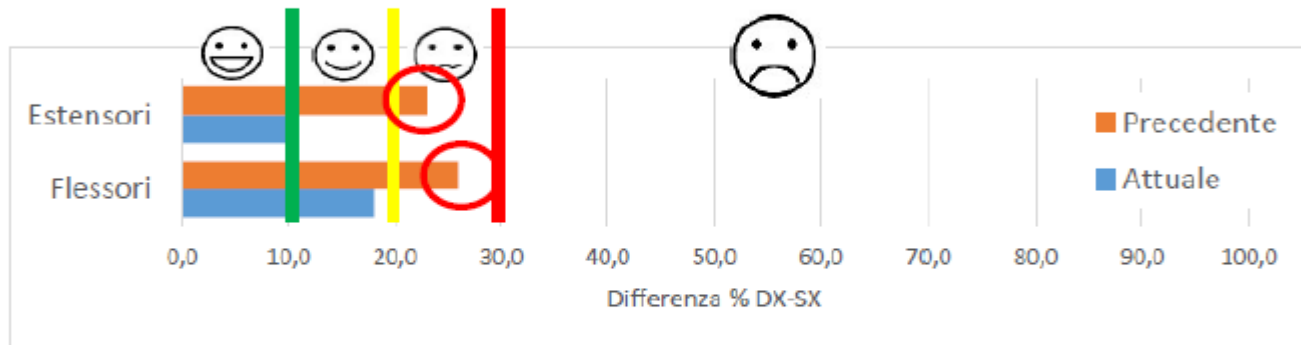


Rapporto F/E %



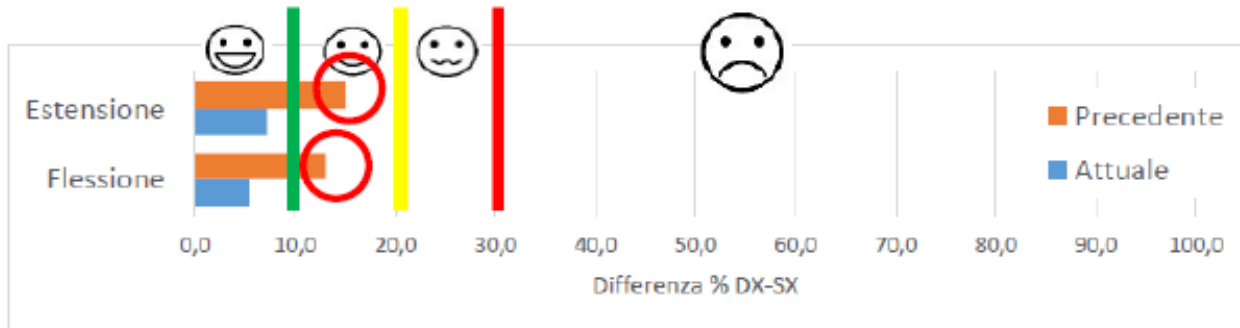
Confronto con prova precedente

Prova 90°/s (Forza)

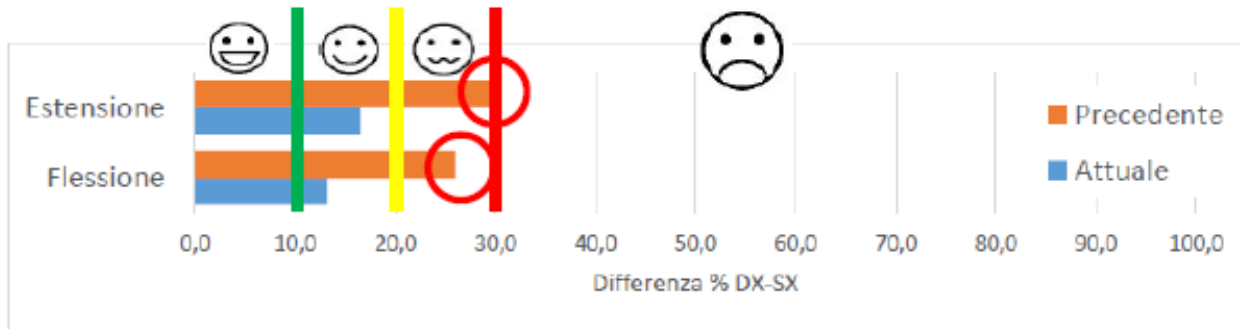


Confronto con prova precedente

Prova 120°/s (Potenza)



Prova 180°/s (Lavoro)

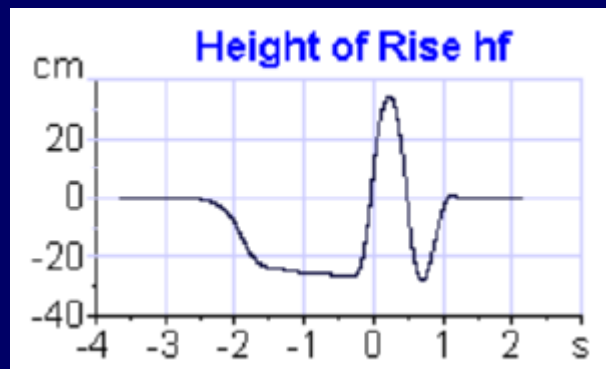


Valutazione del salto

Squat jump

Variabili misurabili:

- altezza salto
- potenza salto
- forza istantanea



- ▶ Sportivi
- ▶ Valutazione condizione
- ▶ Valutazione performance
- ▶ Valutazione inizio stagione
- ▶ Valutazione a diversi step della stagione
- ▶ Valutazione condizione durante rientro da infortunio

Countermovement Jump

CMJ (countermovement jump): salto partendo con da posizione naturale con le mani sui fianchi (sia monopodalico che bipodalico)

Variabili misurabili:

- altezza salto
- potenza salto
- forza istantanea



Continuous Jump

- ▶ Prima si eseguono 5 salti senza piegare le ginocchia come riferimento
- ▶ Serie di salti per 45-60 sec. piegando le ginocchia
- ▶ Valori misurati:
 - ▶ Stiffness muscolare
 - ▶ Indice di fatica (differenza di altezza fra salti iniziali e salti finali)

Conclusioni :

Il contributo della biomeccanica è necessario per



- ➡ **Coadiuvare nella diagnosi**
- ➡ **Determinare tempo e tipologia di trattamento**
- ➡ **Programmare recupero funzionale**
- ➡ **Ridurre rischi di lesioni e recidive**
- ➡ **Personalizzare un programma specifico e dettagliato per la riatletizzazione**
- ➡ **Continuo monitoraggio allenamento e condizione**
- ➡ **Controllo di qualità servizio**



BERNSTEIN

www.centrobernstein.it

Lab

chiama adesso lo 045/8300454 e prenota la
la tua visita



REGIONE DEL VENETO

PALESTRA DELLA SALUTE