

benessere

# Una settimana per "provare" una visita chiropratica

A CURA DI SERENA FIOCCHI

Dal 21 al 26 novembre si svolgerà la prima settimana della chiropratica.

Organizzata dall'Aic (Associazione Italiana Chiropratici), vedrà coinvolti i chiropratici associati che apriranno in tutta Italia le porte dei loro studi per offrire un controllo gratuito finalizzato a valutare lo stato della colonna vertebrale, dal cui equilibrio o dalla cui alterazione dipendono strettamente il benessere o il malessere psicofisico e del sistema nervoso a essa connesso. Per prendere appuntamento con uno dei chiropratici più vicino alla propria residenza si dovrà telefonare al numero verde 800017806, dalle 9 alle 12.

Dal 21 al 25 novembre, chiamando lo stesso numero verde dalle 15 alle 17, si potranno avere informazioni di ogni genere sulla metodica, le sue indicazioni, i suoi effetti. A rispondere sarà la dottoressa Simona Pasqueto, laureata in Italia in medicina e chirurgia e negli Stati Uniti in chiropratica. «Diffondere una corretta conoscenza della chiropratica è l'obiettivo che vorremmo raggiungere grazie all'iniziativa - spiega John G. Williams, presidente dell'Aic - Negli Stati Uniti e nella maggior parte dei Paesi europei, la chiropratica è riconosciuta come professione primaria nell'ambito della sanità, mentre in Italia ci sono ancora dubbi e diffidenza sulla metodica, a causa di un'informazione scarsa e, purtroppo, molto spesso inesatta». A questo si aggiunge che da un lato in Italia ancora non esistono corsi di laurea in chiropratica, dall'altro la professione chiropratica non è regolamentata in modo preciso e definitivo. Da qui il possibile proliferare di figure che si propongono come "chiropratici", pur non avendone la qualifica e quindi il diritto. «E' ovvio che ricorrere a qualcuno che millanta una competenza chiropratica che non possiede, oltre a esporre a rischi oggettivi non

consente di ottenere alcun miglioramento - avverte Williams - Dare a tutti la possibilità di sottoporsi a un controllo effettuato da un chiropratico in possesso di laurea accreditata significa fornire un servizio sia alla nostra disciplina, restituendole la dignità che le



**> Nello studio di Andrea Clementoni: trattamento chiropratico specifico della colonna vertebrale cervicale [tecnica chiropratica Gonstead], Accanto al titolo, trattamento chiropratico specifico della colonna vertebrale dorsale [tecnica Diversified]**

competere, sia a tutte le persone che possono trarre beneficio dalla nostra professione e che hanno tutti i diritti di poter contare su

chi ha i titoli per esercitarla».

Ma che cos'è la chiropratica?

Il termine, derivante dal greco, significa "agire con le mani". «In effetti questa tecnica si basa proprio sulla manipolazione di una parte specifica del corpo: la colonna vertebrale, specie di tubo flessibile formato da 33 vertebre - spiega Andrea Clementoni, novarese, chiropratico dell'Aic - Questi anelli ossei sono ben allineati uno sull'altro in modo da costituire un canale interno attraverso il quale passano il midollo e i nervi spinali (diramazioni nervose che si estendono a tutti i muscoli, le ossa e le ghiandole del corpo). Secondo la chiropratica, lo spostamento (o sublussazione) di una qualsiasi delle vertebre esercita una pressione sui nervi. Questo schiacciamento impedisce agli impulsi nervosi di raggiungere gli organi corrispondenti che, così, si ammalano, e causa dolori a muscoli e articolazioni».

Che cosa minaccia l'allineamento delle vertebre? «Una vita troppo sedentaria, i traumi, gli incidenti, le cadute, la cattiva occlusione della mandibola, le sture scorrette e l'uso di calzature inadeguate (tacchi troppo alti o troppo bassi) possono provocare, con il passar del tempo, una leggera deviazione della colonna vertebrale - è la risposta del chiropratico - Possono tuttavia influire anche l'alimentazione sbagliata o le tensioni psicologiche: producono un accumulo di tossine nei muscoli, facendoli contrarre. Il chiropratico corregge con le mani lo spostamento delle vertebre, ristabilendo così la trasmissione normale degli impulsi nervosi».

Andrea Clementoni precisa poi come avviene la visita del chiropratico.

«Inizia sempre con particolari test che servono a valutare la simmetria delle due metà del corpo e la mobilità della colonna - spiega - Viene quindi raccolta la storia clinica,

benessere (continua)

vengono studiate le eventuali radiografie, viene osservata la postura e controllata con attenzione la colonna vertebrale. Il tutto per scoprire le cause nascoste e gli squilibri che possono compromettere la mobilità della schiena, del collo e del bacino. Una volta fatta la diagnosi, la persona viene fatta sdraiare sul lettino e il chiropratico, individuato il punto in cui la vertebra è fuori posto, esegue l'adjustment (l'aggiustamento)».

Fa male?

«Si tratta di una pressione energica e indolore che ristabilisce il giusto riallineamento - precisa Clementoni - Questa tecnica si basa sulla velocità più che sulla forza. A volte questa manipolazione provoca lo scrocchio, ma niente paura: si tratta del tipico e normale rumore che si sente quando le articolazioni si muovono. Il trattamento dura pochi minuti».

Il più delle volte il programma terapeutico prevede un ciclo di 8-10 manipolazioni per riaddestrare, seduta dopo seduta, il sistema muscolo-scheletrico a trovare un nuovo equilibrio. Per prevenire ricadute il consiglio è di sottoporsi a controlli periodici.

«Se fatta da mani competenti, la chiropratica può essere un efficace antidolorifico - sottolinea Andrea Clementoni - E' utile non solo in caso di dolori alla schiena e al collo, ma anche mal di testa (emicrania da tensione, da sinusite, da allergie, da weekend), colpi di frusta, artrite, osteoartrite, spondilosi e traumi sportivi».

Pare però che la chiropratica non risolva



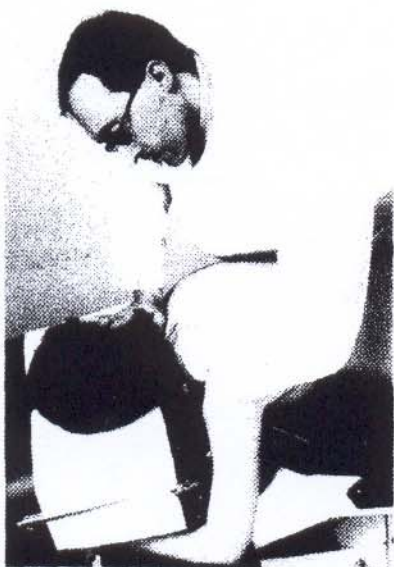
> Valutazione dei raggi X e, a destra, valutazione chiropratica della postura su pedana dotata di "filo a piombo". Sotto, a sinistra, trattamento specifico della colonna vertebrale e, a destra, test relativo alla colonna vertebrale cervicale

solo problemi articolari.

«Secondo recenti studi - conclude il chiropratico novarese - è efficace anche in caso di asma, malocclusione dentale, depressione, ansia, ipertensione, otite cronica, vertigini».

Controindicazioni?

«In presenza di osteoporosi basta usare un po' di cautela nel trattamento».



## Aic, 166 iscritti

L'Associazione Italiana Chiropratici, di cui John G. Williams è presidente, è nata nel 1974 a Genova, dove tuttora ha sede. Con i suoi 166 iscritti, oggi rappresenta la stragrande maggioranza dei chiropratici che operano su tutto il territorio nazionale e che sono in possesso di diploma di laurea di "Doctor of chiropractic". Tale titolo di studio è stato conseguito in college dove vengono seguiti gli standard educativi del Collegio Internazionale degli Esaminatori per la Chiropratica o International College of Chiropractic Examiners, adottati dalla Federazione Mondiale di Chiropratica (World Federation of Chiropractic), che ha per interlocutore l'Organizzazione Mondiale della Sanità. Tutti i diplomi di laurea degli associati sono stati conseguiti all'estero, perché in Italia non esiste ancora un iter di studio mirato all'esercizio della professione chiropratica. L'obiettivo dell'Aic, che al suo interno ammette solo chiropratici laureati, è di mantenere gli standard etici e di competenza professionale considerati necessari per lo svolgimento dell'attività di chiropratico e, di fatto, irrinunciabili per garantire agli utenti prestazioni di qualità sia sotto il profilo dei benefici sia dal punto di vista della sicurezza. Da tempo l'Aic ha istituito un numero verde a cui è possibile rivolgersi per avere informazioni sia sugli scopi e l'efficacia della metodica sia sui college riconosciuti in cui è possibile laurearsi, oppure per avere nomi e indirizzi dei chiropratici associati. Il numero verde è 800017806. E' inoltre attivo il sito: [www.associazionechiropratici.it](http://www.associazionechiropratici.it).