

di Letizia Michelozzi

Chiropratica, invito alla prova

Da lunedì 20 a sabato 25 novembre i chiropratici italiani apriranno le porte dei loro studi per offrire controlli gratuiti. Si terrà in tutta Italia, infatti, la settimana della chiropratica organizzata dall'Aic, l'Associazione italiana chiropratici. Dopo il riscontro in termini di interesse e partecipazione registrato l'anno scorso l'Associazione ha deciso di rinnovare questo "invito alla prova" che darà a tutti la possibilità di avvicinarsi a una metodica considerata, nel resto del mondo, importante per il raggiungimento di un completo benessere. Fulcro dell'iniziativa l'ernia del disco e gli altri disturbi alla schiena.

Come avviene la visita

Dopo un ascolto attento della storia clinica e il controllo di eventuali radiografie, si effettuano particolari test per valutare la simmetria delle due metà del corpo, la postura e la colonna vertebrale. Ciò serve a scoprire le cause nascoste che possono compromettere la corretta mobilità della schiena. Quindi, la persona viene fatta sdraiare su uno speciale lettino e il chiropratico, individuato il punto in cui la vertebra è fuori posto, esegue il trattamento che dura pochi minuti. In genere, si prevede un ciclo di 8-10 sedute perché il sistema muscolo-scheletrico possa ritrovare il suo equilibrio. Si consigliano controlli periodici per prevenire ricadute. «Il trattamento consiste in una pressione rapida e indolore su una specifica vertebra», spiega il dottor Antonio Clementoni, dell'associazione chiropratici. «A volte, questo provoca lo scrocchio, il tipico rumore articolare. Ma si utilizzano anche tecniche senza scrocchio».

Quali benefici

La chiropratica ha dimostrato la sua efficacia per mal di schiena, anche in presenza di sciatica, protrusioni o ernia del disco, mal di collo, mal di testa, emicrania, colpi di frusta, artrite, traumi sportivi. Gli sportivi sono stati tra i primi a scoprirne la validità per migliorare le loro prestazioni e la funzionalità muscolare. Inoltre, recenti studi relativi



Che cos'è

IL TERMINE chiropratica (dal greco *chéir*, mano, e *praxis*, agire) significa "cura o trattamento con le mani". È una scienza naturale che non fa uso di farmaci e che studia e cura la meccanica, la statica e la dinamica del corpo umano attraverso specifici trattamenti vertebrali manuali. Il concetto è che il corretto allineamento e funzionamento dei segmenti vertebrali e dei nervi a essi associati sia di fondamentale importanza per la salute.

Una scienza naturale

«SECONDO questa disciplina, diversi disturbi hanno origine da un'irregolare posizione delle articolazioni vertebrali. L'esame radiologico della colonna può evidenziare il problema e il chiropratico interviene con un trattamento manuale specifico a correggere le alterazioni dei singoli elementi della spina dorsale», spiega il chiropratico Andrea Clementoni. Ad alterare il corretto allineamento delle vertebre incidono: «una vita sedentaria, posture scorrette, incidenti, cadute, uso di calzature inadeguate», continua l'esperto, «ma anche alimentazione sbagliata, tensioni psicologiche e una cattiva occlusione della mandibola e dei denti: quando l'allineamento si perde, il midollo spinale, il cervello e i nervi spinali vengono sottoposti a tensioni che causano disfunzione. Il chiropratico corregge con tecniche manuali del tutto indolori».

al trattamento di asma, depressione, ansia, ipertensione, malocclusione dentale, vertigini, otite cronica, amenorrea e dismenorrea, hanno dimostrato che la chiropratica riesce a ristabilire o mantenere il benessere dell'intero organismo. «Si può andare dal chiropratico a ogni età», prosegue Clementoni, «ricerche effettuate in Danimarca e negli Stati Uniti su neonati con coliche gassose e otite cronica, trattati con successo, dimostrano come un controllo sia utile anche in tenera età. Soprattutto perché la nascita può essere avvenuta in modo traumatico. Gli anziani riescono a mantenere una maggior mobilità articolare, evitando di assumere troppi antinfiammatori e riducendo gli effetti indesiderati».

Controindicazioni

«A volte può richiedere cautela ma non è controindicata. Per esempio, in presenza di grave osteoporosi. L'importante è rivolgersi solo a chiropratici qualificati». ♦

OMS

Nuove linee guida il mondo si adegua

L'OMS, L'Organizzazione Mondiale della Sanità ha dettato linee guida sulla formazione del chiropratico e, anche in Italia, le facoltà di medicina più prestigiose hanno organizzato conferenze congiunte di medici e chiropratici per migliorare la collaborazione a beneficio dei pazienti.

Indirizzi

La mappa degli studi aperti in Italia

PER AVERE l'indirizzo e il numero di telefono del chiropratico più vicino alla propria abitazione, a cui rivolgersi per prenotare il controllo gratuito, telefonare dal 20 al 25 novembre dalle 9.00 alle 12 al numero verde 800.017.806. Telefonando allo stesso numero verde nel pomeriggio, dalle 16.30 alle 18.30, si potranno avere informazioni circa la metodica, le sue indicazioni, i suoi effetti in generale e in particolare in caso di lombalgia ed ernia del disco. (Associazione Italiana Chiropratici, Via Brigata Liguria 1/20, Genova - telefono: 010-5533036 - www.associazionechiropratici.it).