

medicina

UN APPROCCIO INTEGRATO ALLA SALUTE

CAM
BIO
RES
TI?



Negli ultimi anni il concetto di salute si è progressivamente ampliato: non è più visto come semplice assenza di malattia, ma come un benessere psico-fisico complessivo.

In questo senso, quando si parla di salute e medicina non si parla più solo di prescrizioni di farmaci, ma anche di un modo consapevole di mangiare, di un'attenzione alla prevenzione, un ricercare momenti di relax per la nostra mente e di sano esercizio fisico. Particolarmente vicine a questa visione della salute sono le medicine non convenzionali (complementari o alternative) che stanno conoscendo una sempre più ampia diffusione e che considerano la malattia nel quadro di un più generale squilibrio complessivo della persona. Un uso interdisciplinare e integrato delle diverse metodiche di cura (allopatica e non convenzionale) può permetterci di affrontare disturbi e malattie in un orizzonte più ampio e completo.

Caratteristiche tipiche dei metodi di cura non convenzionali, oltre a quella di considerare la situazione globale dell'organismo malato invece di limitarsi a curare il sintomo, sono:

- *il rifiuto del principio di efficienza*: se facciamo dell'efficienza un mito non riusciremo a cogliere nelle malattie anche un segnale del corpo che richiede un po' di tempo e attenzione. A volte le cure "naturali" ci richiedono di rallentare i nostri ritmi e riprenderci il tempo curarci, senza considerarlo come tempo perso; e
- *l'autogestione dei problemi della salute*: le medicine non convenzionali ci mettono in guardia da una medicalizzazione eccessiva,

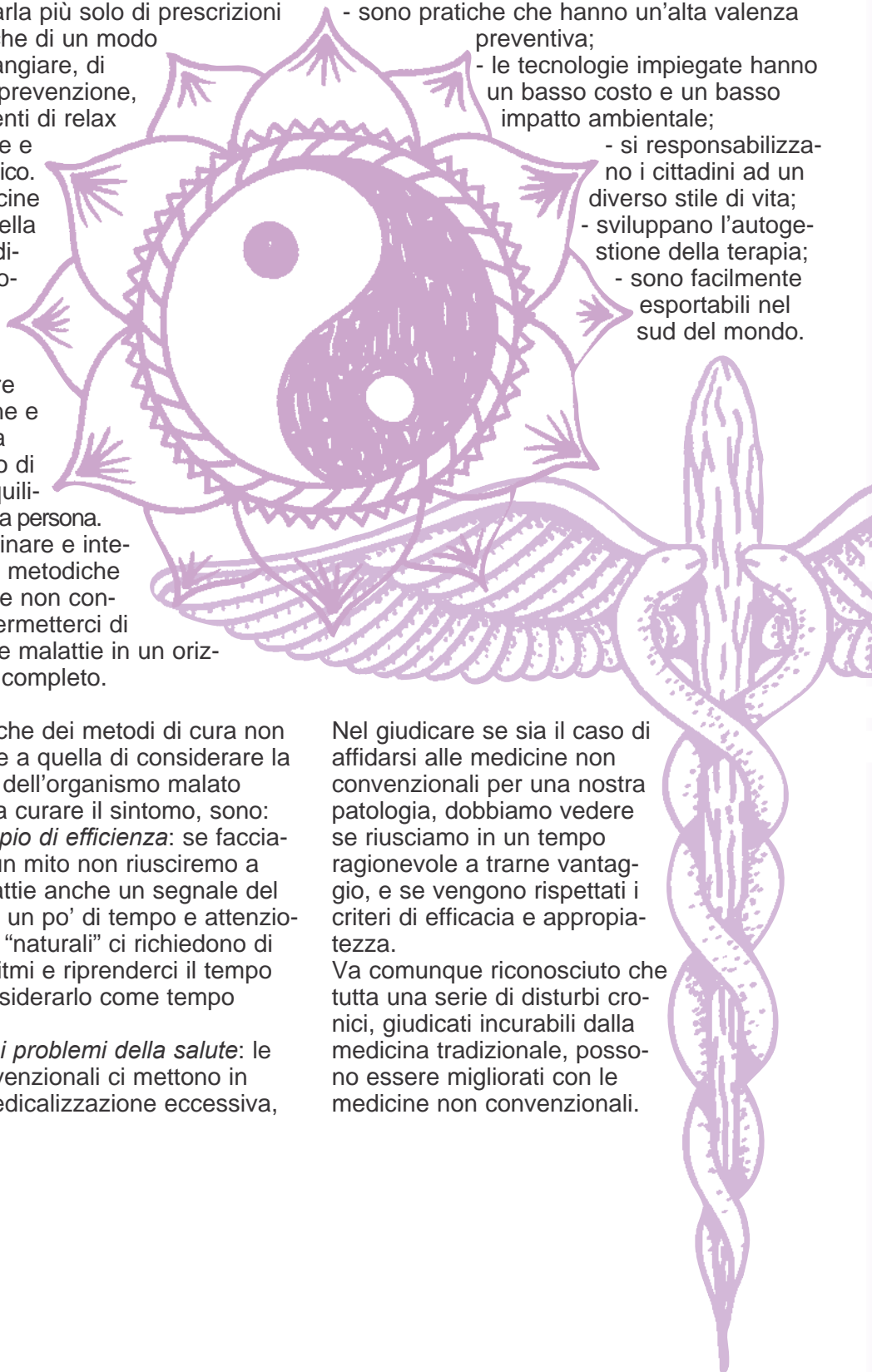
chiedendoci di ridiventare i protagonisti della prevenzione e del mantenimento della nostra salute.

Le medicine non convenzionali hanno inoltre diversi vantaggi dal punto di vista della sostenibilità sociale e ambientale:

- sono pratiche che hanno un'alta valenza preventiva;
- le tecnologie impiegate hanno un basso costo e un basso impatto ambientale;
- si responsabilizzano i cittadini ad un diverso stile di vita;
- sviluppano l'autogestione della terapia;
- sono facilmente esportabili nel sud del mondo.

Nel giudicare se sia il caso di affidarsi alle medicine non convenzionali per una nostra patologia, dobbiamo vedere se riusciamo in un tempo ragionevole a trarne vantaggio, e se vengono rispettati i criteri di efficacia e appropriatezza.

Va comunque riconosciuto che tutta una serie di disturbi cronici, giudicati incurabili dalla medicina tradizionale, possono essere migliorati con le medicine non convenzionali.



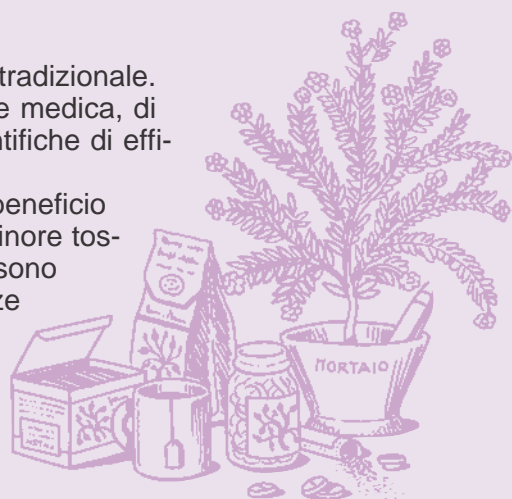
medicina



FITOTERAPIA

La fitoterapia ha le proprie radici nella medicina tradizionale. Questa pratica consiste nell'uso, su indicazione medica, di prodotti naturali che abbiano superato prove scientifiche di efficacia, tossicità, opportunità, peculiarità.

I prodotti fitoterapici possono risultare di maggior beneficio dei prodotti di sintesi, in quanto presentano una minore tossicità, una migliore biodisponibilità (i principi attivi sono meglio assimilati dal corpo), e contengono sostanze con molteplici proprietà. La complessità di una pianta, infatti, non potrà mai essere riprodotta in laboratorio e il suo utilizzo può quindi contare su un effetto sinergico tra molte sostanze, le cui proprietà si rafforzano reciprocamente.



L'ADEGUAMENTO NORMATIVO

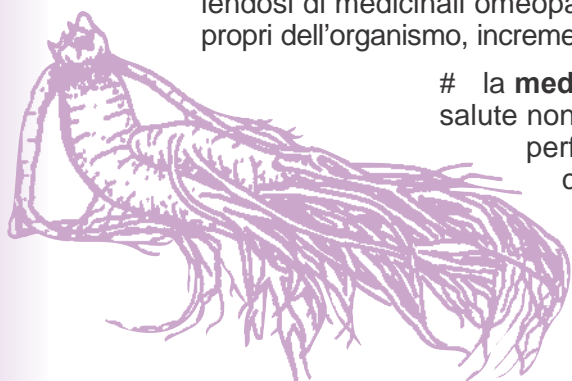
Il Parlamento europeo, nella sua risoluzione sullo stato delle medicine non convenzionali del 29 maggio 1997, constatando la crescente diffusione di tali terapie, evidenziava la necessità di "garantire ai cittadini la più ampia libertà possibile di scelta terapeutica, assicurando loro anche il più elevato livello di sicurezza e l'informazione più corretta sull'innocuità, la qualità, l'efficacia di tali medicine". Vengono individuate le otto medicine non convenzionali suscettibili di riconoscimento da parte degli organismi comunitari e dei singoli Stati membri: nell'ordine in cui vengono elencate nei documenti ufficiali si tratta della chiropratica, dell'omeopatia, della medicina antroposofica, della medicina tradizionale cinese, dello shiatsu, della naturopatia, dell'osteopatia e della fitoterapia.

Su queste pratiche mediche sono state formulate, nel corso degli ultimi anni, diverse proposte di legge anche in Italia. Citiamo di seguito le tre che ci paiono più significative.

proposta di legge Lucchese

propone il riconoscimento delle seguenti medicine:

- # l'**agopuntura**: metodica terapeutica che si avvale della stimolazione di determinate zone cutanee per mezzo dell'infissione di aghi metallici, per ristabilire l'equilibrio di uno stato di salute alterato per qualsiasi causa;
- # la **fitoterapia**: tecnica terapeutica basata sull'uso delle piante medicinali o di loro derivati ed estratti opportunamente trattati;
- # l'**omeopatia**: un metodo diagnostico clinico e terapeutico basato sulla "legge dei simili" che afferma che è possibile curare utilizzando sostanze che, in una persona sana, riproducono i sintomi rilevanti e caratteristici dello stato patologico;
- # la **medicina antroposofica**: un ampliamento della medicina convenzionale che introduce un metodo conoscitivo, fondato su una propria epistemologia, che guida la ricerca delle leggi che stanno a fondamento delle manifestazioni della vita;
- # l'**omotossicologia**: è una concezione dell'omeopatia con un suo caratteristico corpus teorico e metodologico ed una sua peculiare strategia terapeutica. La terapia, avvalendosi di medicinali omeopatici, tende a stimolare i meccanismi di disintossicazione propri dell'organismo, incrementando la risposta immunitaria specifica di ciascun soggetto;
- # la **medicina tradizionale cinese**: si basa sull'assunto che la salute non si identifica solo con l'assenza della malattia, ma con il perfetto equilibrio dell'organismo; pertanto la diagnosi e la cura vanno esclusivamente finalizzate a ripristinare il corretto funzionamento dei processi fisiologici e l'equilibrio delle energie vitali;





- # l'**ayurveda**: rappresenta il più antico sistema medico di cui si abbia conoscenza e pone grande attenzione alla prevenzione, fondata sulla ricerca dell'equilibrio tra i principi fondamentali dell'organismo e su un'interazione armoniosa tra l'individuo ed il suo ambiente. I suoi approcci terapeutici sono basati prevalentemente sull'impiego di rimedi vegetali e su misure dietetiche e d'igiene comportamentale;
- # la **chiropratica**: ovvero la manipolazione esperta della colonna vertebrale, è una forma di terapia che si basa sul principio che molti disturbi abbiano la loro origine in una malposizione delle articolazioni vertebrali e che un trattamento che le riporta all'originario allineamento conduca alla risoluzione della patologia;
- # l'**osteopatia**: è una terapia strettamente correlata alla chiropratica, dal momento che anch'essa cura esclusivamente tramite manipolazioni, occupandosi oltre che delle articolazioni vertebrali anche delle articolazioni periferiche, dei tessuti molli, ossia muscoli, fasce, visceri, legamenti, oltre che del sistema craniosacrale e del sistema posturale;
- # la **medicina manuale**: da decenni conosciuta in Europa come chiroterapia, è una terapia strettamente correlata alla chiropratica e all'osteopatia, dal momento che anch'essa cura tramite manipolazioni occupandosi, oltre che delle articolazioni vertebrali e periferiche, dei tessuti molli, quali muscoli, fasce, visceri, legamenti, del sistema cranio-sacrale e del sistema posturale, anche di semeiologia e clinica funzionale, di riabilitazione posturale e delle concatenazioni bio-meccaniche.

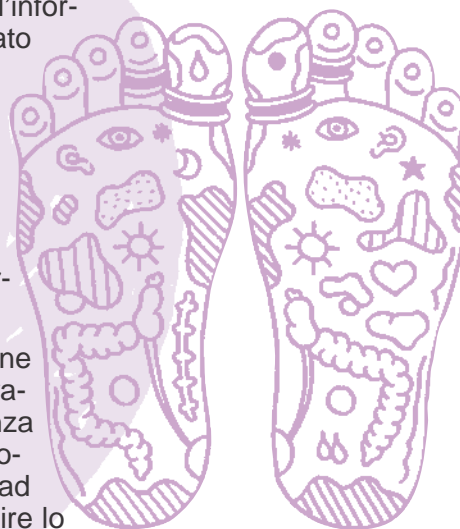
proposta di legge Pecoraro Scanio

nella legge vengono definite queste metodologie: la naturopatia, l'osteopatia, la chiropratica, lo shiatsu ed il massaggio riflessologico, ovvero le pratiche mediche più diffuse e più insegnate, e quindi quelle che maggiormente necessitano di tutela.

proposta di legge Minoli Rota

secondo questo disegno di legge la naturopatia, lo shiatsu, la riflessologia e la pranoterapia integrano i percorsi diagnostico-terapeutici definiti dal medico per il conseguimento del benessere globale del paziente.

- # il **naturopata** esercita la sua attività nel campo dell'informazione sulla salute nonché nel sostegno dello stato di benessere della persona nell'ambito del riequilibrio energetico secondo la medicina tradizionale cinese;
- # l'**operatore di shiatsu** si avvale di tecniche di pressione operate con le mani sul corpo della persona trattata, seguendo i meridiani e i punti della medicina tradizionale cinese, per il riequilibrio energetico e il benessere psicofisico;
- # la **riflessologia** è una tecnica che trova applicazione sui piedi e sulle mani dove, secondo la medicina tradizionale cinese, hanno sede punti di corrispondenza energetica con tutte le altre parti del corpo; la digitopressione su tali punti stimola i processi fisiologici ad essi collegati, consentendo all'organismo di ristabilire lo stato di benessere;
- # la **pranoterapia** è una tecnica collegata alle medicine orientali, quali l'ayurveda e la medicina tradizionale cinese che utilizzano il concetto di "energia vitale" per le terapie; consiste in una pratica di passaggio energetico dalle mani del terapeuta al paziente, senza alcuna pressione, per il ripristino dell'armonia psicofisica.





INDIRIZZI UTILI

Un punto di riferimento in Italia per le medicine non convenzionali è la **Regione Toscana**: nel sito web www.sanita.toscana.it si possono trovare molte informazioni e consigli. Sono anche stati attivati un servizio di informazione sulle medicine naturali Linea verde pronto salute: 0571 702451, un centro di informazione sul farmaco omeopatico e per la farmacovigilanza (orario: lu-ve - tel 0538 449459) e un centro di riferimento nazionale per la floriterapia in cui conoscere anche le erbe epatotossiche (piante di comune impiego in fitoterapia o in erboristeria che, se assunte in quantità eccessive o in modo sbagliato, possono provocare effetti tossici a carico del fegato).

Per ulteriori informazioni **Gruppo Società Italiana Farmacia Ospedaliera**, sez. Toscana Informazione Scientifica: www.sifotoscana.too.it

L'**Ospedale di Mestre** mette a disposizione un medico omeopata con tariffa agevolata e differenziata, riceve il mercoledì pomeriggio. Prenotazioni tel. 800 501060

Orari: dal lunedì al venerdì ore 8.00-18.00, sabato ore 8.00-12.00.

Presso il **Centro di Terapia del Dolore** della ASL 12 Veneziana è possibile accedere al servizio di agopuntura su prescrizione medica. tel. 041 5294692

Orari: martedì e giovedì al Lido, tutti i giorni a Venezia.

per approfondire

medicina



pubblicazioni

A. Poletti: Fiori e piante medicinali Vol. I-II-III-IV Musumeci Editore

A. Poletti: Fiori e piante medicinali per uso esterno, Musumeci Editore

Agenzia Regionale di Sanità della Toscana (a cura di): Medicine non convenzionali in Toscana, 2003

Vari titoli del catalogo della casa editrice RED
www.red-edizioni.it



CAM
BIL
RES
TH?



medicina

CAM
BIE
R
TIR



medicina