

**Attualità** A cura di Denise Silvestro

# *Il benessere* vien dall'equilibrio



L'Istituto Superiore di Osteopatia di Milano forma i professionisti di domani di una medicina complementare ancora poco nota in Italia, ma diffusa in Europa e Stati Uniti, dove nacque più di cento anni fa

Cos'è l'osteopatia? In Italia pochi saprebbero rispondere a questa domanda, forse solo il 15% della popolazione. Eppure, in altri paesi europei e soprattutto in quelli di tradizione anglosassone, l'osteopatia è insegnata all'università e conosciuta tanto quanto qualsiasi altra disciplina medica.

Definita medicina complementare, è una terapia basata su trattamenti manuali, che non si avvale di farmaci ma solo dell'uso delle mani dell'osteopata sul corpo del paziente. Il termine fu ideato dallo stesso fondatore, il chirurgo americano Andrew Taylor Still: per lui l'osso (in greco *osteon*), inteso come sistema osteo articolare, era il punto di partenza per accer-

tare la causa delle malattie. Dottore al fronte durante la guerra civile americana, alla fine dell'800 iniziò alcune ricerche ed elaborò una nuova concezione del corpo umano. La sua teoria si avvicinava alle patologie in modo differente dalla medicina tradizionale, sulla base di alcuni principi cardine considerati tuttora validi nel settore.

Fondamento dell'osteopatia è la convinzione che il corpo sia un sistema unitario in cui muscoli, strutture scheletriche, organi interni siano in perfetta armonia: ogni elemento dipende dall'altro e il corretto funzionamento di ognuno assicura quello dell'intera "macchina". Per il dottor Still era importante la relazione tra struttura e funzione, cioè l'equilibrio che esiste tra la corretta funzionalità di ogni elemento e la salute dell'intera "struttura corpo". Infine, ed è forse il concetto più innovativo espresso dal chirurgo americano, il corpo umano ha meccanismi di autoregolazione, che possono portare alla guarigione.

Il compito che l'osteopata, quindi, sente come proprio è eliminare gli ostacoli che impediscono all'organismo di attivare i propri fenomeni di autoguarigione. La terapia si occupa soprattutto dei problemi strutturali e meccanici di tipo muscolo scheletrico, che si manifestano per esempio con dolori alla schiena. In realtà, però, pare dimostrato che una postura scorretta possa provocare anche fastidiosi disagi di altra natura, quali bruciori di stomaco o mal di testa.

#### LA PAROLA AGLI ESPERTI

Massimo Arioli, osteopata, è vicedirettore dell'Istituto Superiore di Osteopatia di Milano, scuola di livello universitario, il cui diploma di laurea è accreditato presso l'Università britan-





In basso, Massimo Arioli, vicedirettore e Heleen Keizer, preside dell'Istituto Superiore di Osteopatia

nica del Galles. «L'osteopatia in Italia esiste da diversi anni -ha puntualizzato Arioli- ma non è ancora riconosciuta a livello giuridico e normativo. Alcuni progetti di legge si sono susseguiti negli ultimi anni, ma non sono ancora giunti a una conclusione. Questo significa che la disciplina è considerata medicina complementare, quindi per un professionista è possi-

bile esercitare presso un proprio studio privato, ma non all'interno di strutture pubbliche. È curioso osservare come nel nostro Paese siano nati i primi istituti di formazione, intorno agli anni '80, ma ancora non sia stata riconosciuta la professione. Negli altri paesi europei, invece, la pratica osteopatica è ufficializzata e molto nota tra i cittadini».

Nel mondo scientifico, permangono alcune perplessità in merito: le critiche sottolineano l'assenza di prove certe sull'efficacia della terapia. È corretto parlare di osteopatia in termini di medicina olistica. «Si identifica così il nostro approccio al paziente. Non lavoriamo solo sul sintomo, ma soprattutto sulla persona, nel suo complesso. Ogni sofferenza può trovare la sua localizzazione in una zona differente rispetto a quella dolorante. Durante la prima visita, un osteopata esegue una valutazione a trecentosessanta gradi, una vera e propria anamnesi, che ricerca e prende in esame informazioni su tutti gli aspetti della vita del paziente: le abitudini alimentari, lo stress professionale, la precedente storia medica. L'idea che ci guida è che il nostro organismo sia governato da una





Alcuni esempi dei trattamenti che l'osteopata esegue sui pazienti

profonda armonia. Ci chiediamo quindi quali siano le cause reali e profonde di quel malessere che si manifesta con un fastidioso mal di schiena o con continui mal di testa. Agire laddove il problema sorge rende più efficace nel tempo la terapia. E ne prolunga ulteriormente la validità in un'ottica di prevenzione. Il nostro obiettivo –ha concluso Arioli– è il benessere globale del paziente». Esistono diverse tipologie di metodiche a disposizione dell'osteopata: un trattamento generale, manipolazioni più localizzate e tecniche craniali, «tutte accomunate dall'assenza di farmaci e di dolore durante la terapia». La durata della «cura» è naturalmente variabile, dipende dalla tipologia della disfunzione su cui si agisce e dalle esigenze del paziente. In media, è prevista una decina di sedute. Ma gli osteopati consigliano in via preventiva controlli annuali. «Le controindicazioni in termini assoluti dell'osteopatia –ha chiarito Arioli– sono minime. È importante, però, che il terapeuta calibri il suo intervento sulla specificità del paziente che ha di fronte. La metodica naturale e dolce consente di agire su persone di ogni età, dai neonati agli anziani».

#### LA SCUOLA

L'Istituto Superiore di Osteopatia di Milano, nato nel 1993, offre ai propri studenti due tipologie di corsi, pensate appositamente per i

diversi destinatari. Per i diplomati di scuola secondaria superiore, una formazione equiparata a un diploma di laurea, a tempo pieno, con frequenza obbligatoria, esami per ogni materia e tesi conclusiva al termine dei 5 anni di studio previsti. Il percorso educativo rispetta gli standard europei di formazione e l'Istituto ha ricevuto nel 1997 l'accreditamento da parte dell'Università del Gales: gli studenti laureati, quindi, possono ottenere il titolo di Bachelor of Science in Osteopathy. Le iscrizioni sono possibili entro settembre.

Per chi, invece, è già medico, infermiere, fisioterapista, laureato in scienze motorie e affini, l'Istituto propone un percorso a tempo parziale, 1.800 ore distribuite in 6 anni di studio con 28 giorni annui di frequenza. Accanto alla scuola milanese, è attiva una clinica osteopatica, il Centro Studi e Ricerca, dove gli allievi del quarto e quinto anno accademico svolgono il proprio tirocinio pratico, affiancati da un tutor. La clinica propone i propri servizi su prenotazione.

Per informazioni: [www.iso.it](http://www.iso.it)

**«L'osteopata ricerca le cause profonde del malessere fisico, per agire dove il problema nasce. L'obiettivo è il benessere globale del paziente»**