

# Dolore e osteopatia

di Willy Pasini

**L** dolore e la sofferenza sono spesso di origine biologica, ma a volte hanno un significato psicologico che deve essere identificato e curato insieme alle cause biologiche.

Il dolore può essere una domanda di aiuto come in quegli italiani del Sud che ho visitato come medico del Consolato italiano a Ginevra e che traducono con un mal di schiena inguaribile il bisogno di avere il sole di casa e, quindi, di essere rimpatriati.

Il dolore può essere una domanda di relazione. Ricordo una donna anziana che aveva poche relazioni interpersonali, dichiarava dei dolori senza base biologica al suo medico, così lui veniva a trovarla spesso. Parlava col suo medico di famiglia che era una delle sole persone ad entrare nella sua casa.

Il dolore può essere l'equivalente di una depressione. La persona invece di dire "sto male" dice "ho male". Tanto è vero che molti dolori anche cancerogeni sono attenuati dagli antidepressivi della nuova generazione.

Il dolore può essere l'espressione di una ansietà somatizzata. Alcune persone sono molto tese e i loro muscoli fanno male. Pensate ad una persona che porta una valigia, dopo un po' di tempo il muscolo del braccio fa male perché rimane troppo in tensione.

Infine, il dolore può essere una perversione dell'istinto per cui alcune persone provano piacere soffrendo (masochiste).

Nei primi quattro meccanismi del dolore psi-



cosomatico la terapia può essere farmacologica o psicoterapica. L'osteopatia è una maniera di intervenire sia sul dolore a causa biologica che su quello a componente psicologica.

Come le altre terapie che passano attraverso il corpo, l'osteopatia può essere utile in questa visione di medicina globale che fa del dolore un sintomo somato-psichico, ma anche un sintomo psicosomatico.



## di Carmine Castagna

**L'**osteopatia approccia il dolore come un sintomo, un messaggio aspecifico che il corpo invia. È importante comprendere che bisogna rimanere distaccati dal dolore ma vicini alla sofferenza del paziente in quanto spesso la sintomatologia algica è solo un allarme, paragonabile alla sirena antincendio. Sappiamo che c'è del fuoco in giro ma non sappiamo se è causato da una fuga di gas, se è un incendio doloso, se l'impianto elettrico aveva dei cavi scoperti.

Il dolore è spesso menzoniero, ma la sofferenza che ne scaturisce di qualsiasi entità e provenienza è un reale disagio per la persona. È compito di chi si relaziona con il paziente cercare di indagare le cause del dolore andando a scovare i meccanismi che portano il corpo a compensare con il dolore uno schema di funzionamento meccanico/fisiologico alterato. L'alterazione della fisiologia a causa di traumi, malattie, stress fisici o psichici porta il corpo a un sovraccarico d'informazioni che non ven-



gono sopportate dai sistemi che regolano gli equilibri dell'essere umano.

Uno dei nuovi approcci alla salute del paziente (che comprende l'assenza di dolore) utilizzato dalle medicine complementari olistiche è la PNEI ovvero psico-neuroendocrinoimmunologia.

Questo approccio va ad integrare i sistemi di autoregolazione e mantenimento dell'omeostasi (equilibrio interno) indagando attraverso informazioni anamnestiche (colloquio con il paziente) e tramite un esame obiettivo osteopatico che analizza come la struttura fisica si

muove nello spazio, un esame palpatorio che invece indaga lo stato di salute dei tessuti del corpo e grazie al quale è possibile intuirne la funzionalità.

Il trattamento osteopatico ha come obiettivo dare equilibrio e funzionalità alle strutture che li hanno persi portando quei meccanismi che reiterano il dolore e quindi la sofferenza verso il miglioramento o la risoluzione, quando possibile.

Come detto in precedenza, spesso il dolore si localizza in zone che non sono però le vere responsabili della fenomenologia algica, il sintomo si annida in quel luogo ma la causa è altrove. Per questo motivo è necessario non tralasciare l'importanza della globalità del corpo.

Ad esempio un mal di schiena può essere causato da una vecchia distorsione alla caviglia che ha alterato, ad esempio, il modo di camminare e ha portato un segmento della colonna vertebrale a lavorare male o di più. In questo caso il dolore sarà localizzato nella schiena del paziente ma la causa è altrove.

Spesso di fronte a tali situazioni si intraprendono delle cure sintomatologiche e antalgiche che cercano di diminuire il dolore locale, ma tralasciano la causa che deriva dalla diminuita funzionalità di zone distanti dal dolore.

Accade nella pratica osteopatica che in alcuni casi non sia addirittura necessario toccare la zona dolorosa per migliorare la condizione del paziente. In questi casi si nota anche una certa incredulità da parte della persona che si trova a stare meglio senza essersi curato la parte che faceva male.

La spiegazione di ciò sta nella conoscenza delle connes-





sioni anatomiche neuro-muscolo-scheletriche, fasciali, viscerali, e craniosacrali e nella conoscenza delle funzioni fisiologiche del corpo che portano ad interpretare il dolore e la condizione generale del paziente per cercare di risolvere il problema.

È inoltre importante non tralasciare l'aspetto psichico ed emozionale del paziente poiché lo stress quotidiano conduce sia il fisico sia la mente a sforzi spesso superiori alle possibilità

personali, questo implica, a lungo termine, un abbassamento delle capacità di risposta allo stress. Tutto ciò finisce col frustrare la persona portandola verso atteggiamenti ansiosi, stati depressivi, suscettibilità e alterando in generale le relazioni con l'esterno.

Il substrato psicologico può essere un terreno predisponente per il dolore di origine biologica, poiché i meccanismi che regolano la salute vengono intaccati dalla condizione psichica.

È importante ricordare che per l'osteopatia la persona è unione di mente, corpo e spirito e ognuna di queste componenti può influenzare l'altra, poiché tutte sono interconnesse; quindi il corpo regola la mente come la mente regola il corpo.

In conclusione: l'approccio al dolore per l'osteopata è di tipo causale e non sintomatologico, si cerca lo schema o il meccanismo che non permette al corpo di svolgere le proprie funzioni in modo confortevole, in assenza di dolore lo si tratta con l'intenzione di eliminare quella causa che altrimenti potrebbe reiterare il dolore.

