

Consigli sanitari

Come affrontare alcuni disturbi invernali



# OSTEOPATIA una terapia per i malanni stagionali

**GIUSY PASQUALI**, mantovana, dottore in Fisioterapia e in Osteopatia (Lugano - Svizzera - Metodo Solère®). Ha conseguito specializzazioni in Osteopatia pediatrica e nel Metodo Gesret®, terapia manuale che favorisce il riequilibrio posturale del soggetto e con la caratteristica esclusiva di occuparsi delle crisi d'asma. Docente per numerosi anni in varie sedi formative e relatore in convegni, seminari e circoli culturali. Autore di articoli, apparsi su *la Nuova Cronaca di Mantova* inerenti l'Osteopatia. È stata fisioterapista all'Ospedale "Carlo Poma" nella Divisione di Neurologia e poi in Sorveglianza Sanitaria a fianco del Medico del lavoro. Esercita la professione presso il Poliambulatorio "Hesperia Medical Service" di via Ilaria Alpi a Mantova. [www.hesperia2000.it](http://www.hesperia2000.it)

**D**ottorssa Pasquali, negli ultimi anni, sembra sia aumentato il numero delle persone che si rivolgono all'Osteopatia. È così?

"Sì, è vero. Nel tempo, c'è più interesse riguardo l'Osteopatia: la gente si informa di più, perché cerca di trovare rimedio a disturbi e sintomi, magari, non avendo avuto risultato con i farmaci, così arriva a conoscerne l'ambito di competenza operativa. L'Osteopatia è una disciplina sanitaria che si occupa delle disfunzioni del Sistema corporeo in quanto sistema meccanico, attraverso una terapia manipolativa osteo-articolare, craniale, viscerale.

"Non si occupa della patologia degli organi e degli apparati.

"Spesso, certi disturbi e sintomi che affliggono le persone sono dovuti a modifiche della meccanica articolare e, di conseguenza, posturale, per cui potrebbe non bastare una terapia farmacologica.

"Faccio un esempio: un trauma distorsivo cervicale, come il "colpo di frusta", riportato in un incidente stradale, dopo la valutazione medico-specialistica, le dovute indagini di diagnostica strumentale e la conseguente terapia, rispettando i tempi richiesti dal quadro clinico, si avvantaggia del trattamento osteopatico. Questo permette di recuperare l'assetto articolare corretto del tratto cervicale, evitando che il soggetto trascini poi, nel tempo, gli esiti di quel trauma, cioè, dolori alla regione del collo, lungo la colonna vertebrale, limitazione articolare nei movimenti del capo, mal di testa, ecc., come generalmente accade".

**E per problematiche del periodo stagionale che si sta attraversando, ci sono indicazioni per l'Osteopatia?**

"Beh, direi di sì, ad esempio per le persone che soffrono di geloni".

**Come si spiega?**

"I geloni sono rappresentati da stasi circolatoria ematica periferica, a carico dei piccoli vasi cutanei localizzati nelle estremità: mani, piedi e talvolta, raramente, punta del naso e lobi delle orecchie.

"Compaiono agli inizi della stagione

fredda e, in genere, rimangono fino all'arrivo della temperatura tiepida. La cute si presenta arrossata, infiammata, dolente: l'apporto di calore ben poco aiuta, anzi, favorisce pure bruciore e prurito, diventando parecchio fastidioso.

"La terapia farmacologica, per via sistemica e locale, dà scarsi risultati. Più frequenti nelle persone giovani, ma possono comparire a tutte le età e non solo in coloro che vivono in ambienti poco riscaldati.

## Spesso non basta assumere farmaci Per cui la Normalizzazione Viscerale è indicata per curare anche i geloni



"Cerco di spiegare come l'Osteopatia, con il suo trattamento di Normalizzazione Viscerale, riesce ad essere utile, cioè a favorire la regressione dei geloni già alla loro comparsa, nel periodo invernale e a evitarne il ripresentarsi all'arrivo degli inverni successivi.



"Il trattamento consiste nell'agire sulla colonna vertebrale e sulla parete addominale.

"Il Sistema viscerale, che comprende tutti gli organi contenuti nella cavità

addominale, è dipendente e strettamente collegato al corretto funzionamento della colonna vertebrale, nel suo tratto dorsale basso e lombare e all'orientamento del sacro.

"Il loro micro-movimento fisiologico rappresenta il primo motore della dinamica circolatoria del Sistema viscerale.

ne fredda, per la sua inevitabile vasocostrizione. "Ecco, quindi, il presentarsi di stasi circolatoria in piccole aree a questi livelli: i geloni. "Sono reversibili spontaneamente, ma solo all'arrivo della stagione con temperature tiepide. Per i soggetti che soffrono di geloni, non basta tenere i piedi caldi nella stagione fredda per evitarli".

**Pertanto, il trattamento osteopatico in cosa consiste concretamente?**

"Consiste nello sblocco della colonna vertebrale e del sacro, per il ripristino della loro mobilità corretta e in una terapia manuale praticata sulla parete addominale, da completare con un esercizio, da fare la mattina, della durata di un paio di minuti. Questo porta a rimuovere la stagnazione circolatoria a livello viscerale a vantaggio, quindi, della periferia: estremità di mani, piedi, ...".

**La durata del percorso terapeutico?**

"Il trattamento consiste in 2 - 3 sedute, prima dell'arrivo del freddo, qualche volta un richiamo di 2 sedute dopo un paio di mesi, a seconda delle condizioni della colonna vertebrale del soggetto.

"Mi occupo spesso di questi casi e assicuro che i risultati sono soddisfacenti.

"L'Osteopatia Viscerale, migliorando il funzionamento di tutti gli organi della cavità addominale, rappresenta pure un'importante indicazione per altri disturbi del Sistema viscerale (per ulteriori informazioni: [www.metodo-solere.com](http://www.metodo-solere.com))

"Ringrazio il direttore de *la Nuova Cronaca di Mantova*, per avermi dato la possibilità di parlare dell'argomento esposto, così attuale in questo periodo stagionale, con la speranza che l'informazione possa essere utile ai lettori".

