



Terapia manuale e osteopatica

Significato e cosa cura

L'osteopatia è un tipo di medicina non convenzionale riconosciuta, che non si serve di farmaci ma di manipolazioni dei tessuti molli e scheletrici e che vede l'essere umano in modo olistico.

L'osteopatia va ad agire su quelli che sono problemi alla struttura portante dell'organismo, quindi meccanismi muscolo-scheletrici, interconnessi con il sistema organico-viscerale e il sistema cranio sacrale.

L'osteopatia non si serve di farmaci, rimedi naturali o strumenti medicali, ma di base agisce attraverso la manipolazione dei tessuti.

Questa forma di medicina non convenzionale è stata riconosciuta dall'Organizzazione mondiale della Sanità.

I principi dell'osteopatia

I principi cardine dell'osteopatia sono:

- In primo luogo il fatto che **l'essere umano sia esso stesso una realtà dinamica**, comprendente parti correlate tra loro, ovvero corpo, mente e spirito.
- In secondo luogo, che **il corpo possiede dei meccanismi di autoregolazione e autoguarigione**, che se ben funzionano tendono all'omeostasi e all'equilibrio corporeo. Il **corpo** quindi **viene visto in modo olistico**, come una unità e un sistema composto da **muscoli**, scheletro e organi che hanno come punto di collegamento i centri nervosi della **colonna vertebrale**. Quando uno di questi componenti non funziona o si inceppa, va a intaccare anche gli altri; mentre, viceversa, il benessere dell'organismo viene assicurato da un corretto funzionamento di ognuna di queste parti.

L'osteopata può, a seconda dei casi, mettere in atto:

- un **approccio strutturale** - attraverso manovre eseguite su articolazioni o muscoli;
- un **approccio fasciale** - relativo alla fascia muscolare o al muscolo interessato ;
- un **approccio viscerale**; attraverso tecniche che stimolano la mobilità e funzionalità di un organo;
- un **approccio craniale** - attraverso tecniche che agiscono sul movimento fra le ossa del cranio.

La **Tecarterapia** è la nuova frontiera della fisioterapia applicata al mondo dello sport professionistico e nel campo delle terapie tendinee ed osteoarticolare. La Tecar garantisce tempi ridotti di trattamento e risultati immediati e stabili, perché è basata sulla stimolazione e il rafforzamento delle capacità riparative dei tessuti. La Tecarterapia può lavorare in due modalità: la modalità capacitiva, adatta alla cura dei problemi ai tessuti molli, e la modalità resistiva, indicata per il trattamento dei disturbi ossei, articolari, cartilaginei ecc. Dipendenti dall'energia erogata dal dispositivo, gli effetti biologici della Tecar sono, principalmente, tre:

aumento del microcircolo, vasodilatazione e incremento della temperatura interna. Tutta la fase operativa del trattamento viene eseguita manualmente quasi come un massaggio; non servono strumentazioni automatiche di controllo o misuratori elettronici in quanto si tratta di una terapia fisica naturale.

Onde d'urto (radiali): trovano impiego in un vasto campo di patologie ortopediche e traumatologiche muscolo-scheletriche. Gli impulsi pressori prodotti dalle onde d'urto sono capaci di indurre, a livello delle zone colpite:

- riduzione dell'infiammazione dei tessuti;
- neoformazione di vasi sanguigni;
- riattivazione dei processi riparativi.

Tali effetti sono solo in parte dovuti ad un meccanismo di azione diretto (distruzione meccanica degli aggregati inorganici), dal momento che sono soprattutto mediati da alcuni fenomeni fisici conseguenti al passaggio dell'onda nel tessuto colpito.

- le O.U. modificano l'eccitabilità della membrana cellulare; i recettori del dolore, non potendo generare così alcun potenziale, impediscono l'insorgenza del dolore;
- le O.U. stimolano i recettori del dolore a generare un'alta quantità di impulsi nervosi che bloccano la trasmissione del segnale ai centri cerebrali, perciò la soglia del dolore s'innalza (teoria del Gate Control);
- le O.U. aumentano il livello dei radicali liberi presenti nell'ambiente cellulare e questi generano sostanze inibitorie del dolore.

Da quanto detto si può ritenere che gli effetti delle O.U. sui tessuti sono strettamente correlati ai dosaggi utilizzati. Se intensità troppo basse possono essere insufficienti a determinare risposte biologiche significative, queste cominciano a manifestarsi con una precisa gradualità al crescere della potenza e/o del numero dei colpi; secondo il meccanismo biologico che s'intende evocare per la risposta terapeutica ricercata, il rapporto dose/colpi va attentamente valutato. Le indicazioni delle O.U. radiali contenute nelle linee guida della S.I.T.O.D. (Società Italiana Terapia con Onde D'urto):

- Tendinopatia o borsite calcifica della spalla
- Tendinopatie inserzionali croniche
- Fascite plantare (con e senza spina calcaneare)
- Distrofie ossee simpaticoriflesse Indicazioni relative
- Sindrome miofasciale
- Lesioni muscolari senza discontinuità
- Spasticità