

## L'osteopatia è



L'**osteopatia** è un sistema di diagnosi e trattamento che pur basandosi sulle scienze fondamentali e le conoscenze mediche tradizionali (anatomia, fisiologia, ect..) **non prevede l'uso di farmaci** né il ricorso alla chirurgia, ma attraverso **manipolazioni e manovre** specifiche si dimostra efficace per la prevenzione, valutazione ed il trattamento di disturbi che interessano non solo l'**apparato neuro-muscolo-scheletrico**, ma anche cranio-sacrale (legame tra il cranio, la colonna vertebrale e l'osso sacro) e viscerale (azioni sulla mobilità degli organi viscerali).

Inoltre a differenza della medicina tradizionale allopatica, che concentra i propri sforzi sulla ricerca ed eliminazione del sintomo, l'osteopatia considera il sintomo un campanello di allarme e **mira all'individuazione della causa** alla base della comparsa del sintomo stesso.

### Definizioni

#### Dal "World Osteopathic Health Organization" (WOHO)

L'osteopatia è un sistema affermato e riconosciuto di prevenzione sanitaria che si basa sul contatto manuale per la diagnosi e per il trattamento.

Rispetta la relazione tra il corpo, la mente e lo spirito sia in salute che nella malattia: pone l'enfasi sull'integrità strutturale e funzionale del corpo e sulla tendenza intrinseca del corpo ad auto-curarsi. Il trattamento osteopatico viene visto come influenza facilitante per incoraggiare questo processo di auto-regolazione.

I dolori accusati dai pazienti risultano da una relazione reciproca tra i componenti muscolo-scheletrici e quelli viscerali di una malattia o di uno sforzo.

*"Ho pensato che l'osso, osteon, fosse il punto da cui dovevo partire per accertare la causa delle condizioni patologiche e così ho messo insieme "osteo" con "patia" e ho ottenuto Osteopatia".*

*(Still, A.T. Autobiografia, 1897, p.98)*

*"L'osteopatia è la regola del movimento, della materia e dello spirito, dove la materia e lo spirito non possono manifestarsi senza il movimento; pertanto noi osteopati affermiamo che il movimento è l'espressione stessa della vita".*

*(Still, A.T., 1892)*

## **I principi dell'osteopatia**

### **Unità del corpo**

Come metodologia olistica (dal greco olos=tutto) l'osteopatia considera l'individuo nella sua globalità: ogni parte costituente la persona (psiche inclusa) è dipendente dalle altre e il corretto funzionamento di ognuna assicura quello dell'intera struttura, dunque, l'equilibrio psicofisico e il benessere.

### **Relazione tra struttura e funzione**

Un corretto equilibrio tra struttura e funzione regala al nostro corpo una sensazione di benessere. Qualora tale equilibrio venga alterato (a causa di un trauma per esempio) si parla di disfunzione osteopatica, ossia di una restrizione di mobilità e perdita di movimento in una parte del nostro corpo (ossa, muscoli, organi, etc..).

### **Autoguarigione**

In osteopatia non è il terapeuta che guarisce, ma il suo ruolo è quello favorire la capacità innata del corpo ad auto curarsi.

### Le tecniche osteopatiche

Il trattamento osteopatico può avvalersi di numerosi metodi e tecniche di trattamento. Gli osteopati le utilizzano indifferentemente in funzione delle necessità terapeutiche.

Una classificazione possibile è quella che fa riferimento a queste **tre grandi famiglie**:

#### ***Tecniche strutturali***

Le tecniche strutturali sono definite tali poiché ristabiliscono la mobilità della struttura ossea. La specificità e la rapidità della manipolazione consente il recupero della mobilità articolare. Hanno una forte influenza neurologica, oltre che puramente meccanica, in quanto favoriscono l'emissione di corretti impulsi dalle e alle terminazioni della parte trattata.

#### ***Tecniche cranio-sacrali***

Le tecniche craniali agiscono sul movimento di congruenza fra le ossa del cranio e il sacro, ristabilendone il normale "meccanismo respiratorio primario", ossia quella combinazione di parti ossee, legamentose, muscolari, e fasciali che consentono il riequilibrio e l'armonia delle funzioni craniosacrali.

Con queste tecniche si agisce in particolare sulla vitalità dell'organismo, qualità fondamentale che permette agli esseri viventi di reagire con efficacia agli eventi di disturbo provenienti dall'ambiente esterno e da quello interno.

#### ***Le tecniche viscerali***

I visceri si muovono in modo specifico sotto l'influenza della pressione diaframmatica. Questa dinamica viscerale può essere modificata (restrizione di mobilità) o scomparire. Applicando una tecnica specifica, l'osteopatia permette all'organo di trovare la sua fisiologia naturale ed i disordini legati alla restrizione di mobilità saranno così corretti. Inoltre esiste da un punto di vista anatomico e funzionale una relazione tra i visceri e la struttura muscolo-scheletrica; una cattiva funzione della struttura (colonna vertebrale), può influenzare uno o più visceri e viceversa. Si possono trovare, in persone che soffrono di mal di schiena, problemi di mobilità del fegato, del colon, del rene o dell'utero. Il trattamento osteopatico mira, attraverso l'addome ed il diaframma, a ristabilire una buona mobilità viscerale.



Training Lab snc di Poletto Norma e Naletto Stefano  
TrainerLabs® is a trademark of Training Lab snc  
Via Padova 75 - 35010 Vigonza (Padova) - Partita IVA 04646690281  
Telefono +39 049 2613448 - Mobile +39 329 6877241 - Skype trainerlabs  
info@trainerlabs.it - [www.trainerlabs.it](http://www.trainerlabs.it)

**Lo sai che...?**

### **Nel 2002 L'osteopatia è stata riconosciuta dall'OMS**

*Nel 2002 l'osteopatia viene riconosciuta dall'OMS - Organizzazione Mondiale della Sanità - a titolo di partecipazione al mantenimento della salute e inserita tra le Medicine Non Convenzionali.*

*Attraverso suoi documenti l'OMS indica di avviare politiche nazionali volte ad integrare le medicine non convenzionali nel sistema sanitario e di uniformare quanto più possibile le legislazioni.*

*Le istituzioni sanitarie italiane non sono ancora in linea con tali direttive, pertanto alcune iniziative di legge volte al riconoscimento giuridico dell'osteopatia si trovano in fase di approvazione dal parlamento.*

### **Vi consigliamo di informarvi se...**

Il vostro osteopata sia laureato in ambito medico-sanitario o in Scienze Motorie, abbia seguito un corso part-time di 6 anni, o full-time di 5 anni (con minimo 1800 ore di apprendimento annuale), abbia inoltre svolto un tirocinio clinico, superato gli esami annuali e quello finale del corso. Tale percorso di studio e formazione pone gli osteopati professionisti italiani in linea con lo standard europeo e gli istituti di formazione stranieri riconoscono il livello di preparazione dei nostri osteopati.