

I TRATTAMENTI

Una terapia contro il dolore, l'insonnia e il burnout

Gli studi evidenziano una serie di conseguenze sulla neuroplasticità cerebrale, con effetti positivi su affezioni dolorose, tono dell'umore e qualità del sonno

La chiropratica non è fatta solo di scrocchi: è questo il messaggio che arriva da Benito Oliva, nuovo presidente dell'Associazione Italiana Chiropratici (chiropratica.it). È lui che denuncia come «troppo spesso la terapia sia presentata dai social in modo distorto, banalizzandola e mettendo l'accento sui famosi scrocchi, un fenomeno assolutamente naturale che dipende dalle bollicine d'aria che si trovano nel liquido sinoviale che riduce l'attrito tra le ossa: è lo stesso processo fisiologico che si verifica quando facciamo scrocchiare le nocche delle mani».

In realtà la chiropratica, nata negli Stati Uniti nel 1895, è oggi una professione sanitaria che lavora sulla colonna vertebrale e, in particolare, sulle cosiddette sublussazioni, come i chiropratici definiscono i blocchi meccanici dei segmenti della colonna che sono alla base di varie patologie. Correggendo manualmente le vertebre, spiega Oliva, «si alleggeriscono le interferenze nel sistema nervoso e si riducono i sintomi che ne derivano, migliorando la mobilità articolare e il benessere del paziente». Si possono trattare così tutti i disturbi legati alla colonna e alle articolazioni, mal di testa, mal di schiena, sciatalgie e altre affezioni, «ma anche problemi di postura oppure di malocclusione e, in questo caso, si lavora insieme agli odontoiatri», aggiunge Oliva. Si tratta di un approccio che punta sulla prevenzione: «Non lavoriamo sui sintomi, ma sull'organismo nel suo complesso allo scopo di capire che cosa causa il disturbo e come ripristinare l'equilibrio».

Anche uno studio recente, pubblicato sulla rivista *Brain Sciences*, evidenzia come la chiropratica mo-

difichi la neuroplasticità cerebrale, con effetti positivi su affezioni dolorose, tono dell'umore, qualità del sonno e, più in generale, qualità della vita. «Il nostro cervello non fa distinzione tra uno stress fisico, per esempio un trauma, e uno stress psicologico: entrambi si riflettono comunque sull'organismo», dice Oliva. Tanto che, spesso, i chiropratici lavorano con altri sanitari per prevenire e trattare il “burn out” di chi esercita una professione logorante.

La collaborazione con altre figure sanitarie è una costante nel lavoro del chiropratico, per scelta e anche per necessità. «Noi non usiamo farmaci e non pratichiamo chirurgia: quando necessario ci rivolgiamo a colleghi medici, così come possiamo rivolgerci al nutrizionista, se c'è bisogno di un intervento specifico, al di là dei consigli sullo stile di vita che possiamo dare anche noi», osserva Oliva. I chiropratici italiani, però, sono penalizzati rispetto ai colleghi di altri Paesi che sono regolamentati come professionisti sanitari primari.

Il percorso formativo per diventare dottore in chiropratica equivale a una laurea magistrale con cinque anni di frequenza obbligatoria, completati a volte da una specializzazione, per esempio in chiropratica pediatrica o sport. Ma nel nostro Paese questa professione non è ancora del tutto regolamentata e non è stato istituito un registro professionale né istituito un percorso didattico. A oggi, quindi, tutti i chiropratici italiani sono formati

all'estero. «Il che significa che non possiamo fare diagnosi o prescrivere accertamenti come fanno i nostri colleghi di altri Paesi, ma dobbiamo inviare i pazienti da un medico di base o da uno specialista», lamenta Oliva.

I trattamenti, inoltre, non rientrano tra le prestazioni offerte dal servizio sanitario, anche se molte assicurazioni sanitarie li rimborsano. «Ora contiamo di risolvere presto il problema e ci sono contatti in corso con il ministero della Salute e speriamo di invogliare molti giovani a tornare a praticare la professione di dottore in chiropratica nel nostro Paese, perché ce n'è davvero bisogno», sottolinea il presidente dell'Aic.

In Italia la professione non è stata ancora regolamentata e non è stato istituito un registro

Come scegliere, comunque, un professionista valido? «Come Associazione riconosciuta dalla Federazione mondiale di Chiropratica e dall'Oms - risponde Oliva - garantiamo che i nostri iscritti si siano formati in scuole riconosciute, oltre a sottoporli a un test di ingresso». La durata di una tera-

pia dipende dalle circostanze: «Per problemi acuti possono bastare 10 sedute, o anche meno, ma c'è chi fa un trattamento di mantenimento ogni due-tre mesi», prosegue il presidente dell'Aic. «I prezzi, poi, variano da città a città: indicativamente, una prima seduta, durante la quale si fa una valutazione dettagliata, può costare sui 100-150 euro, ma molti di noi - conclude Oliva - cercano di venire incontro alle esigenze dei pazienti». **P. E. C.**

© RIPRODUZIONE RISERVATA

L'IDENTIKIT



La colonna vertebrale

La colonna vertebrale è al centro delle pratiche di riabilitazione eseguite dalla chiropratica: contiene il midollo spinale, collegando il sistema nervoso centrale a quello periferico. Garantisce le funzioni e la coordinazione muscolare, le sensazioni di dolore e la propriocezione dello spazio, oltre a regolare molti aspetti degli organi interni.



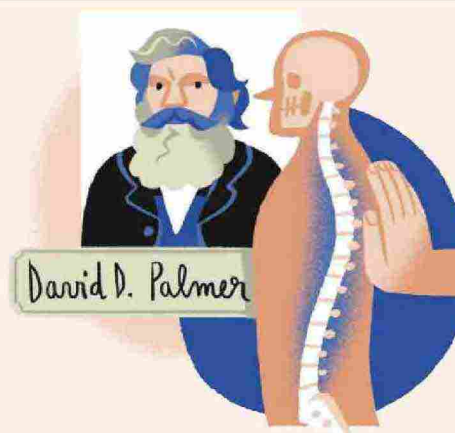
La manipolazione spinale

Una revisione di studi scientificamente validati, realizzata dalla Collaborazione Cochrane e aggiornata al 2026, indica che la manipolazione spinale può ridurre il dolore nei pazienti con mal di schiena, evidenziando un miglioramento significativo. Si tratta di dati "in progress": i ricercatori avvertono della necessità di studi più approfonditi.



La sublussazione vertebrale

Alla base del trattamento chiropratico c'è il lavoro sulla cosiddetta sublussazione vertebrale: si tratta di un'alterazione funzionale che può coinvolgere una o più vertebre e influenzare vari organi, anche lontani dall'area sublussata, causando di conseguenza una ridotta funzionalità, una forma di disabilità oppure una serie di patologie.



Il boom negli Usa e in Europa

Le manipolazioni spinali erano praticate già nell'antico Egitto, ma la chiropratica moderna nasce nel XIX secolo grazie all'americano David D. Palmer: oggi i chiropratici sono complessivamente oltre 103 mila, 70 mila soltanto negli Stati Uniti, seguiti da Canada e Australia. In Europa sono più di 6 mila, mentre in Italia sono 400.



**BENITO
OLIVA**
Presidente
dell'Associazione
Italiana
Chiropratici

AGF

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.



024947-11097N