

CHIROPRACTICA

*Un nuovo paradigma
per ritrovare la salute*

Dr. Matteo Steiner, Chiropratico

Una breve introduzione...

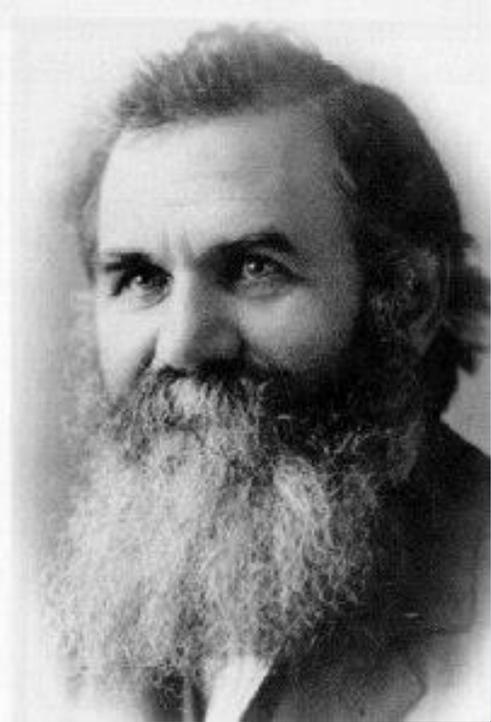
- Laurea in Chiropratica nel 2014 (Galles, UK)
- Corsi in Europa e USA
- Specializzato in Kinesiologia Applicata
- Specializzato in metodo Gonstead
- Appassionato di cure naturali e olistiche

Quanti hanno sentito parlare della Chiropratica?

Quanti sono già stati da un chiropratico?

- 400 chiropratici in tutta Italia
- 250 iscritti all'Associazione Italiana Chiropratici (AIC)





La storia della Chiropratica

- 1895 – Nasce da un'intuizione di D.D. Palmer a Davenport, Iowa (Stati Uniti)
- 1897 – Fondata la Palmer School of Chiropractic (PSC)
- 1906 – B.J. Palmer prende il controllo della PSC e sviluppa la professione
- 1976 – Caso "Wilk vs. American Medical Association"



La Chiropratica in Italia

- 1949 – Marcello Trentin fu il primo chiropratico ad esercitare in Italia (Padova)
- 1974 – Fondazione dell'Associazione Italiana Chiropratici (A.I.C.)
- 2007 - Prima legge di riconoscimento come professione sanitaria primaria
- 2018 – Seconda legge di riconoscimento della professione

Che cos'è la Chiropratica

- Una professione sanitaria di grado primario
- Si occupa dell'individuazione della **causa primaria** dei sintomi, in modo da eliminare una problematica alla radice attraverso l'uso di **aggiustamenti articolari e muscolari, esercizi riabilitativi** e consigli su uno **stile di vita più sano**
- Approccio naturale e olistico alla Salute
- Tutto è collegato e connesso

La Filosofia Chiropratica

- Trinomio → Arte, Filosofia e Scienza
- **Intelligenza Innata**
- Capacità di **autoguarigione**
- Interferenza del sistema nervoso → **SUBLUSSAZIONE**
- La salute come espressione di massima funzionalità dell'organismo
- Un sistema che promuove la salute e non la cura della malattia

«La medicina è lo studio della malattia e di cosa causa la morte dell'uomo.
La Chiropratica è lo studio della salute e di cosa causa la vita dell'uomo»

B.J. Palmer

Cos'è la filosofia e perché è così importante?



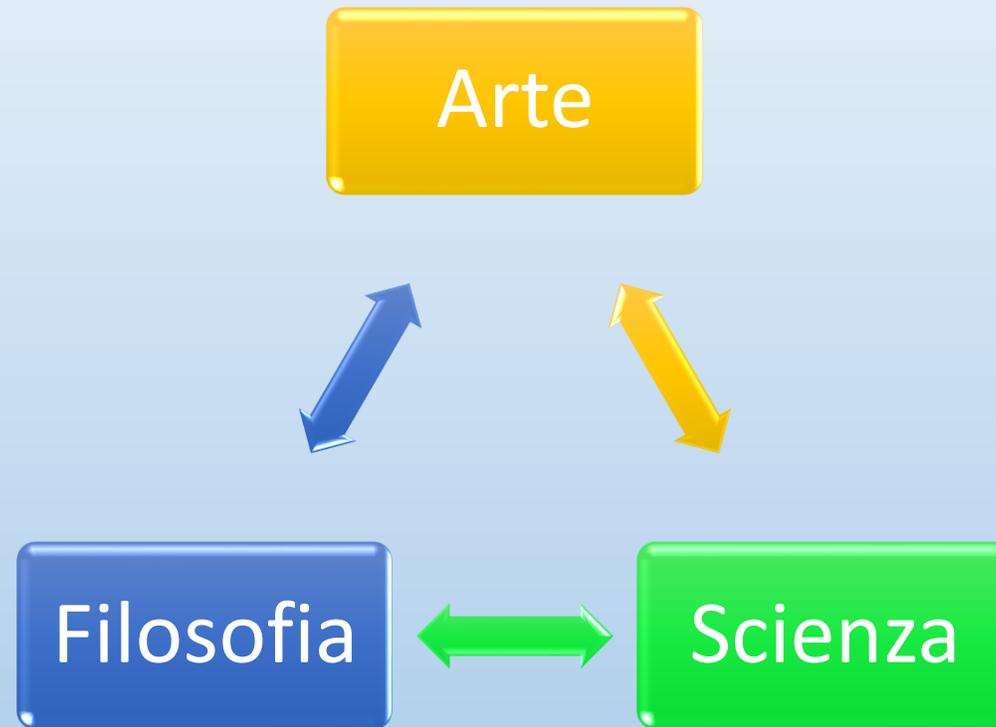
filosofia

/fi·lo·so·fi·a/

sostantivo femminile

1. Attività **spirituale** autonoma che interpreta e definisce i modi del pensare, del conoscere e dell'agire umano nell'ambito assoluto ed esclusivo del divenire storico.
"i problemi della f."
2. **GENERIC.**
L'insieme dei principi, delle idee e delle convinzioni sui quali una persona o un gruppo di persone fondano la propria **concezione della vita**: la f. di Leopardi; la discussa f. della Contestazione; anche, il complesso dei principi e dei criteri che sono alla base di determinate scelte politiche, imprenditoriali, ecc.
"la f. degli interventi programmati dal Ministero all'Ambiente"

Trinomio dinamico



Intelligenza Universale



- La saggezza infinita che crea e distrugge in tutto l'universo, mantenendolo in equilibrio costante
- Insieme di processi fisici e metafisici
- Crea le dinamiche necessarie all'esistenza dell'universo (creatore, Dio?)
- Forza distruttiva, tende al caos (il vuoto in cui esiste il potenziale di creazione)

Intelligenza Innata



- Termine utilizzato per descrivere la **FORZA VITALE** che è responsabile per l'organizzazione, la guarigione e il mantenimento delle condizioni normali di tutti i sistemi del corpo
- Persona > insieme delle sue parti
- Veicolata attraverso il sistema nervoso
- Spirito/anima → non tangibile
- Forza costruttiva (adatta le Forze Universali)



Omeostasi

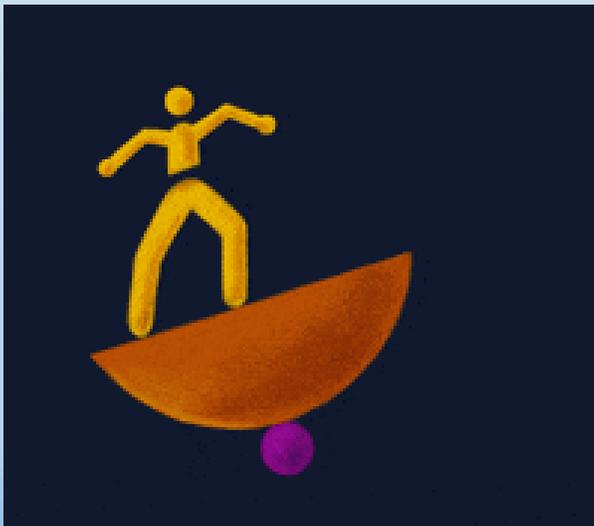


omeostasi

/o·me·ò·sta·și/

sostantivo femminile

In biologia, l'attitudine propria degli organismi viventi a conservare le proprie caratteristiche al variare delle condizioni esterne dell'ambiente tramite meccanismi di autoregolazione (*dispositivi omeostatici*).



- L'organismo è in costante **adattamento** alle condizioni ambientali esterne e interne
- È sempre alla ricerca di un **equilibrio funzionale**
- Più le condizioni portano fuori equilibrio, maggiore sarà la risposta dell'organismo

Autoguarigione

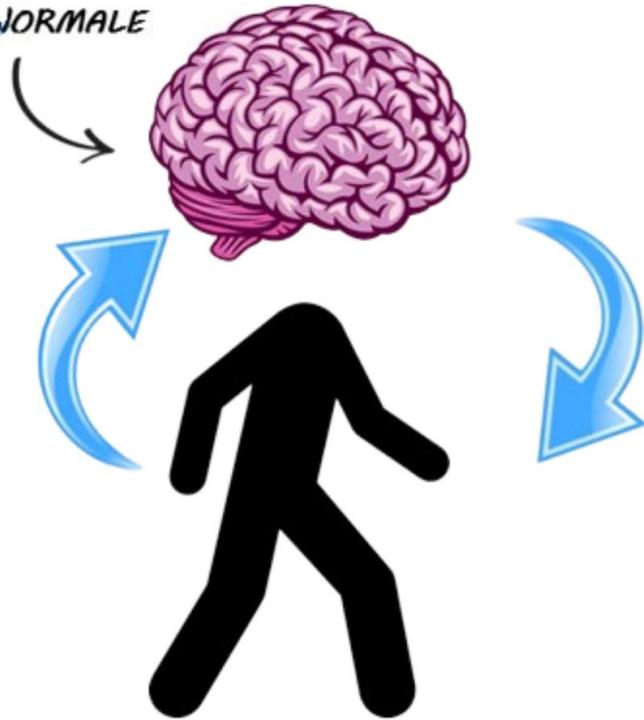
- Caratteristica di ogni essere vivente
- Capacità di **ripristinare** uno stato di funzionalità corretta dopo un danno
- Avviene costantemente durante la giornata
- La maggior parte sono processi interni autonomi e non percettibili
- Avviene sempre dall'interno verso l'esterno (concetto vitalistico)
- Processo fisiologico che richiede **TEMPO!!!**



DAY - 1

Concetto di “interferenza”

CICLO DI
FUNZIONAMENTO
NORMALE



- Un elemento disturbatore che impedisce la naturale espressione di un segnale
- **Interferenza neurologica** → impedisce la corretta trasmissione dell'impulso neurologico attraverso il sistema nervoso
- Il corpo manda messaggi al cervello, che li elabora e rimanda al corpo dei messaggi adeguati (“Ciclo completo normale”)
- In presenza di un'interferenza, **l'organismo non sarà in grado di guarirsi adeguatamente**

Interferenza

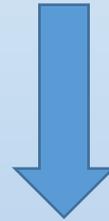


Assenza di interferenza



Assenza di interferenze

- Quando la trasmissione del segnale neurologico avviene senza impedimento, l'organismo ha la possibilità di esprimere il MASSIMO del suo funzionamento



SALUTE

Salute

- Definizione dell'OMS «Stato di completo benessere **fisico, mentale e sociale**, e non la mera assenza di malattie o infermità»
- Massima espressione dell'organismo
- Tutti i processi fisiologici si svolgono correttamente (a volte anche con sintomi)









Siamo programmati per sapere cos'è la salute e a riconoscerla, esattamente come siamo programmati per riconoscere la malattia

Solo sapendo cosa è giusto possiamo capire cosa è sbagliato.

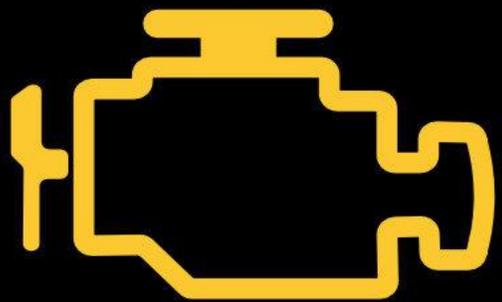
Da dove arriva questo senso del "GIUSTO"?

Sintomi

Dolore
Nausea
Bruciore
Insensibilità
Formicolio
Vertigini
Acufene
.....

- I sintomi non sono altro che il modo in cui l'organismo può **comunicare** che ci sono dei processi fisiologici in atto, più o meno "normali"
- Devono raggiungere il livello di consapevolezza per poter esistere
- Non sono visibili dall'esterno in quanto è una percezione interna
- Possono essere comunicati verbalmente per rendere un'altra persona partecipe della situazione, ma non possono essere provati dall'altra persona

1



2



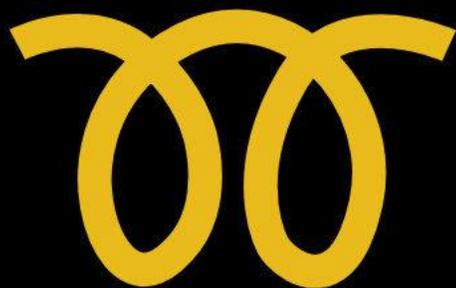
3



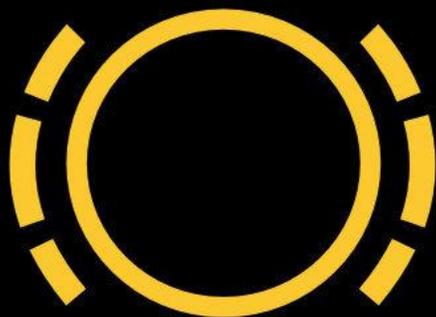
4



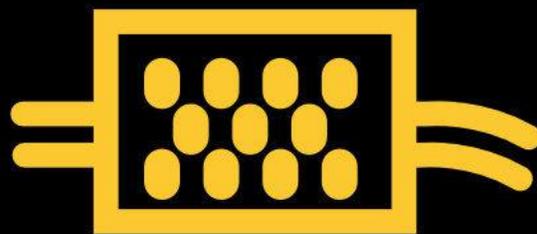
5



6

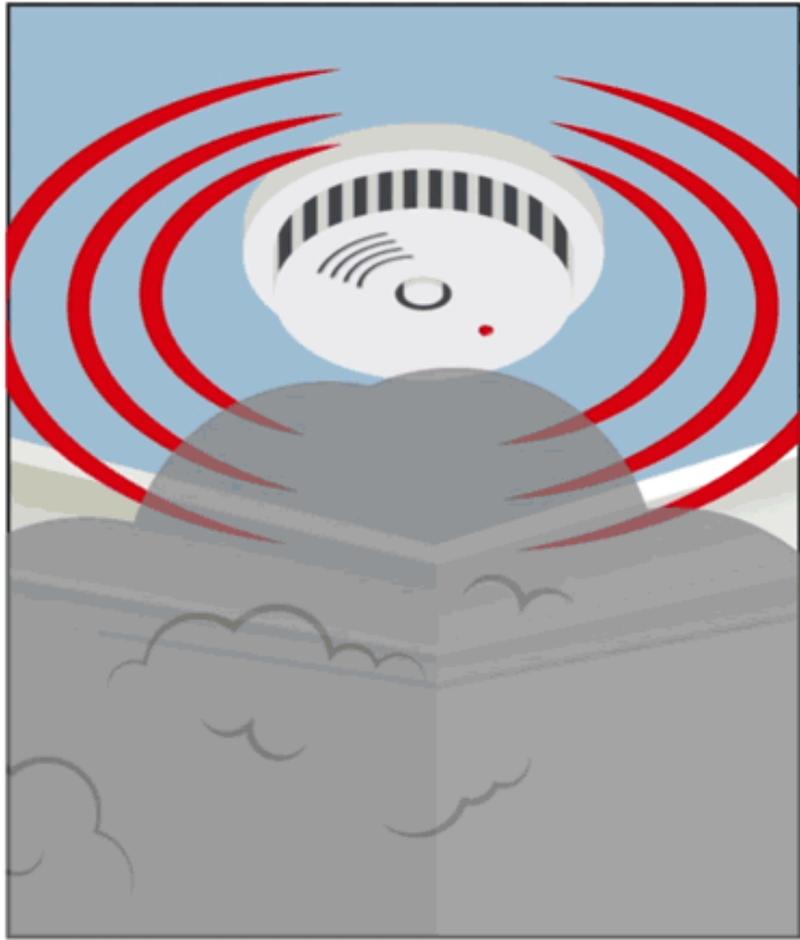


7



8





Smoke alarms beep loudly when there is a fire

La cura contro il sintomo fastidioso...



Segni

Gonfiore

Rossore

Atrofia

Cambiamento posturale

Macchie della pelle

Deambulazione

Disallineamento

Tonicità muscolare

- Cambiamenti morfologici dell'organismo visibili dall'esterno
- Non necessariamente associati a sintomi
- Danno un'indicazione di quello che sta succedendo internamente
- Possono essere percepiti dall'individuo e da altre persone

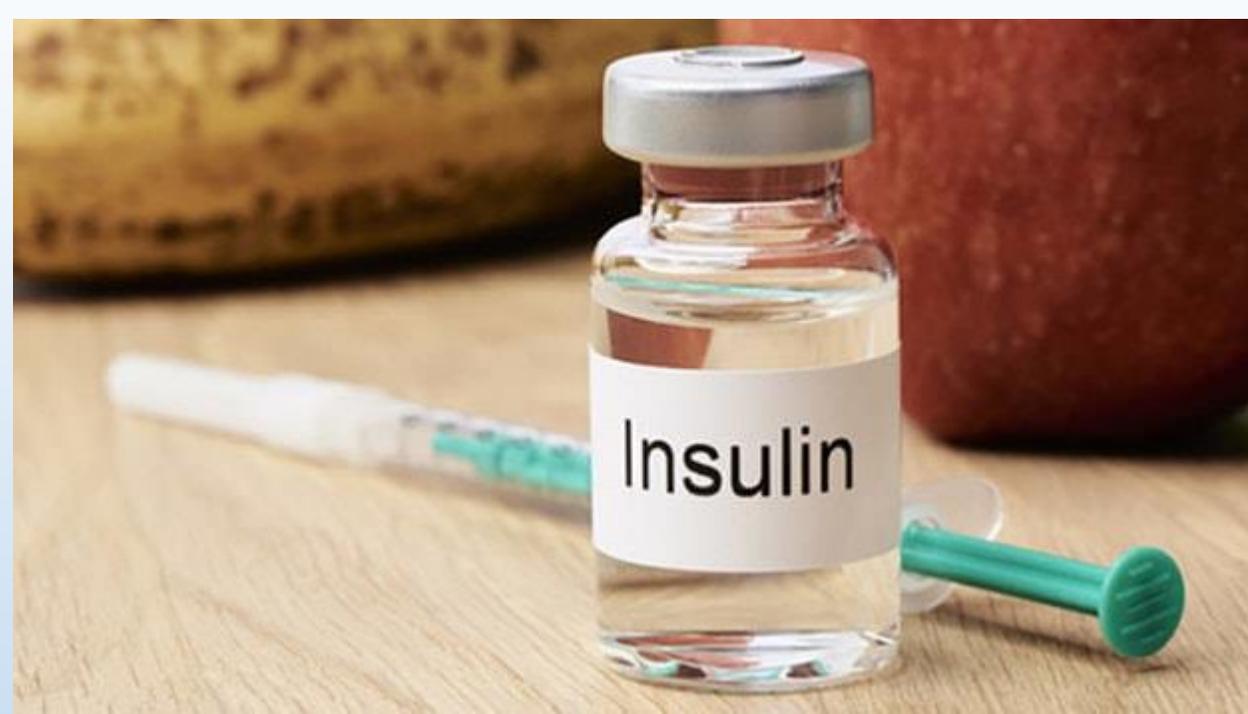


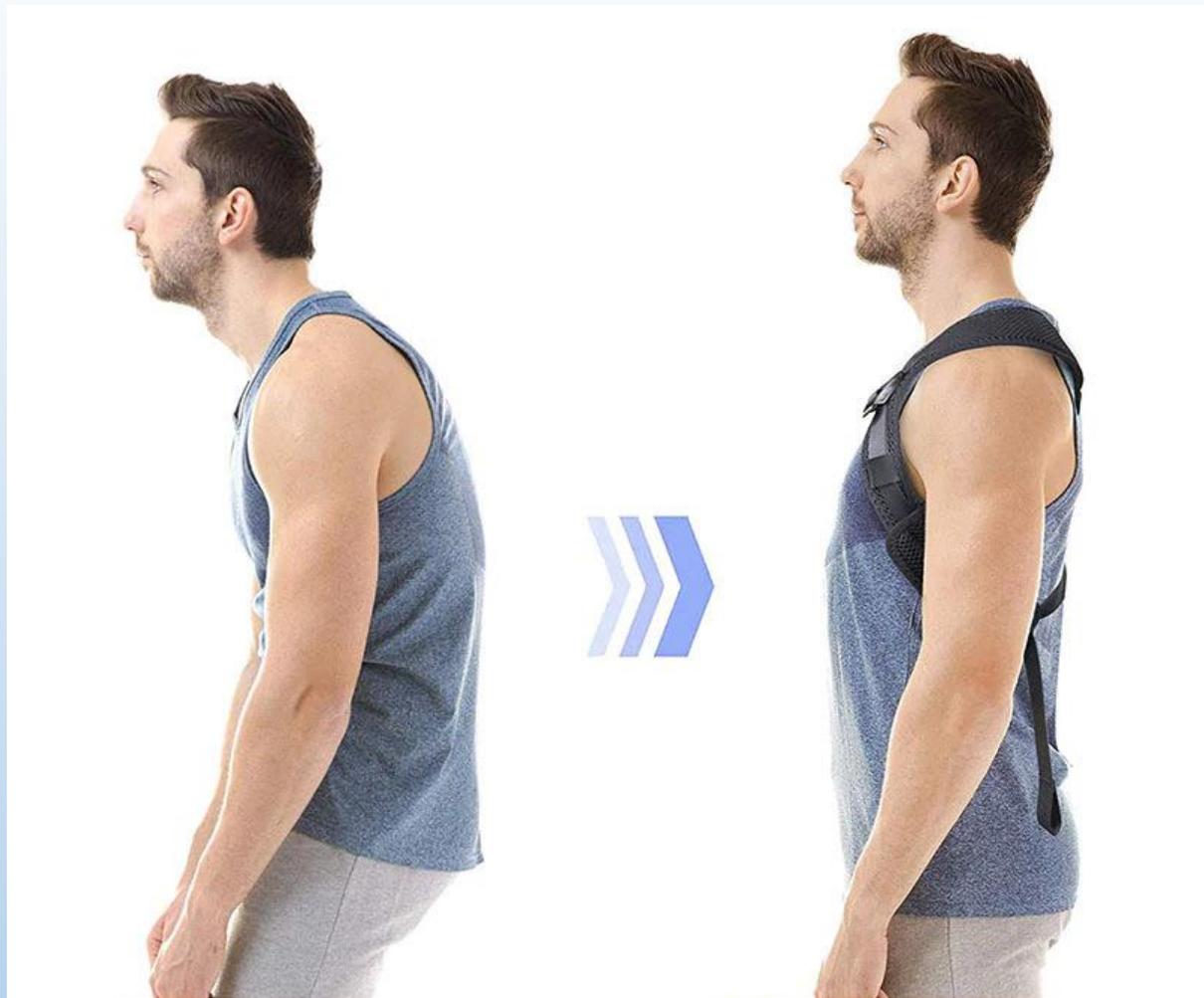
L'importanza dei segni e dei sintomi

- Quando riusciamo a **interpretare** i segni e i sintomi in maniera corretta, capiamo cosa sta succedendo al corpo
- Una volta fatta una “diagnosi”, possiamo applicare la “cura” giusta
- Se è il corpo a creare questa situazione, deve essere il corpo stesso che la risolve per poter parlare di **guarigione effettiva**

L'alterazione forzata dei segni e dei sintomi

- Il modello medico si basa sull'**alterazione chimica** dell'organismo attraverso l'uso di **farmaci** per stimolare o inibire dei processi fisiologici (dall'esterno all'interno)
- Il concetto è che il corpo non possiede una intelligenza innata e debba essere aiutato per poterlo far stare meglio
- E' sempre l'organismo stesso che si autoguarisce, i farmaci alterano solo i sintomi mentre questo processo si svolge





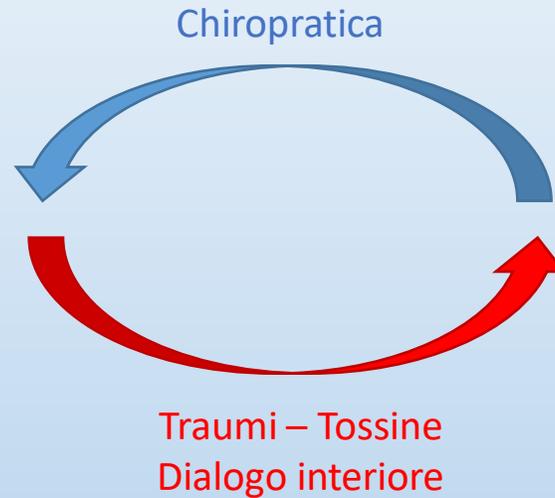


Concetto vitalistico e olistico

- L'uomo NON E' solo la somma dei suoi organi, delle sue ossa e dei suoi muscoli, ma possiede una forza vitale che lo rende **unico e vivo**
- Per poter funzionare bene, c'è bisogno che **tutte le sue parti** funzionino bene e in armonia
- Non si può parlare di salute vera se una delle parti che lo compongono è "malata", anche se le altre parti non mostrano sintomi apparenti

Stati possibili del corpo

AGIO
↓
Guarigione
Trasformazione
Evoluzione



DIS-AGIO
⚡
Difesa
Distorsione
Degenerazione

Adattamento

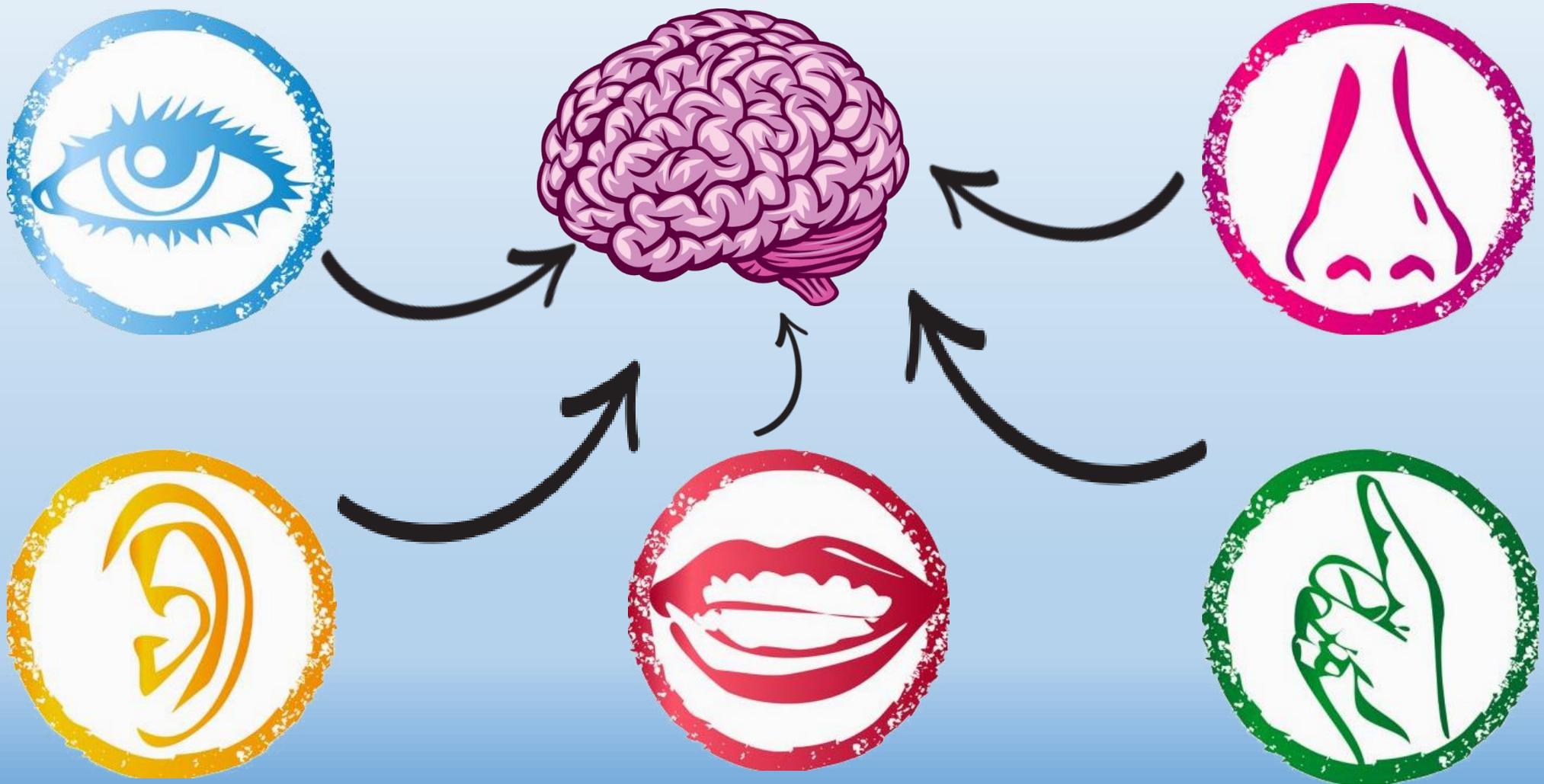
- Cambiamo il concetto di come consideriamo la salute:
 - non esiste un cattivo adattamento, ma solo un adattamento corretto a un ambiente tossico
- I segni di tossicità ci indicano che dobbiamo cambiare l'ambiente
- La chiropratica aiuta ad adattarsi meglio all'ambiente, ma non lo può cambiare

“Il triangolo della Salute”



- Il corpo umano è composto da 3 aree principali:
 - **Strutturale/fisico**
 - **Chimico/metabolico**
 - **Mentale/emotivo**
- Per trovare la **causa** del problema, è importante valutare questi fattori e capire come si influenzano a vicenda
- **Rimuovendo la causa** del problema, il corpo può tornare ad auto-guarirsi correttamente

La percezione della realtà



I problemi della terza età

- Invecchiamento dei tessuti
- Ridotto movimento articolare
- Ridotta funzionalità muscolare
- Patologie organiche
- Lunghi tempi di guarigione
- Perdita di funzioni cognitive e di equilibrio
- Le attività di tutti i giorni diventano un'impresa difficile
- Disabilità progressiva e **dipendenza** da altre persone



I problemi in età adulta



- Si passa troppo tempo seduti a lavoro
- Ridotta attività fisica
- Difficoltà nel seguire un'alimentazione sana ed equilibrata
- Stress lavorativo e in famiglia
- Iniziale degenerazione dei tessuti
- Accumulazione di traumi, posture e abitudini scorrette per diversi anni

**Ci vogliono 65 muscoli per fare il broncio e 13 per sorridere.
Perché faticare di più?**

I problemi durante e dopo la gravidanza



- Cambiamenti ormonali
- Lassità legamentosa
- Incremento del peso
- Trasferimento del baricentro in avanti
- Posizione di allattamento

I problemi in età infantile e adolescenziale



- Trauma della nascita
- Prime cadute nel tentativo di camminare
- Inizio delle attività sportive
- Crescita e sviluppo del sistema nervoso e cognitivo
- Sviluppo repentino in età adolescenziale
- Traumi e stress emotivi
- Cattive posture a scuola e quando si studia
- Inizio di scoliosi

La Chiropratica nello Sport



- Infortuni sul campo e in allenamento
- Miglioramento della capacità di allenamento
- Aumento della performance
- Sportivi agonisti e professionisti
- Sportivi amatoriali



I problemi più comuni dei nostri pazienti

- Mal di testa
- Postura scorretta
- Lombalgia
- Sciatalgia
- Cervicale
- Mal di spalla
- Male alle anche
- Male alle ginocchia
- Ernia e protrusione del disco
- Tunnel carpale
- Formicolio a mani e piedi
- Vertigini
- Acufene (fischi nell'orecchio)
- Traumi (incidenti o cadute)
- Traumi sportivi (stiramenti o strappi muscolari, distorsioni)
- Difficoltà di deambulazione
- Degenerazione articolare (artrosi)
- Infiammazione articolare (artrite)

Quali benefici porta?

- Miglioramento del sonno
- Più energia durante la giornata
- Miglior digestione
- Concentrazione
- Senso di benessere
- Maggior forza fisica
- Ridotti livelli di stress
- Riduzione della pressione sanguigna
- Una nuova visione del corpo umano e della salute
- Un metodo che si basa su principi naturali

Come la Chiropratica può essere d'aiuto

- Qual è il fattore principale alla causa del problema?
- Sviluppare un programma di cura “su misura” basato sulle caratteristiche e necessità del paziente
- Miglioramento del funzionamento del sistema nervoso, mobilità articolare, competenza muscolare, adattamento delle attività giornaliere, insegnamento di esercizi riabilitativi specifici e consigli sullo stile di vita
- Un modello di prevenzione, atto a mantenere uno stato di salute sano e funzionale nel tempo
- Ritardare il deterioramento della funzionalità per permettere la maggior indipendenza possibile

***Come ottenere
una salute ottimale?***



Prevenzione



- Perché aspettare di ammalarsi prima di prendersi cura del proprio corpo?
- Un sistema che promuove il mantenimento della salute
- Miglioramento della qualità della vita
- Convenienza sociale ed economica

Prevenzione applicata, non solo teoria

Respirazione
nasale

Stretching
Movimento

Gratitudine

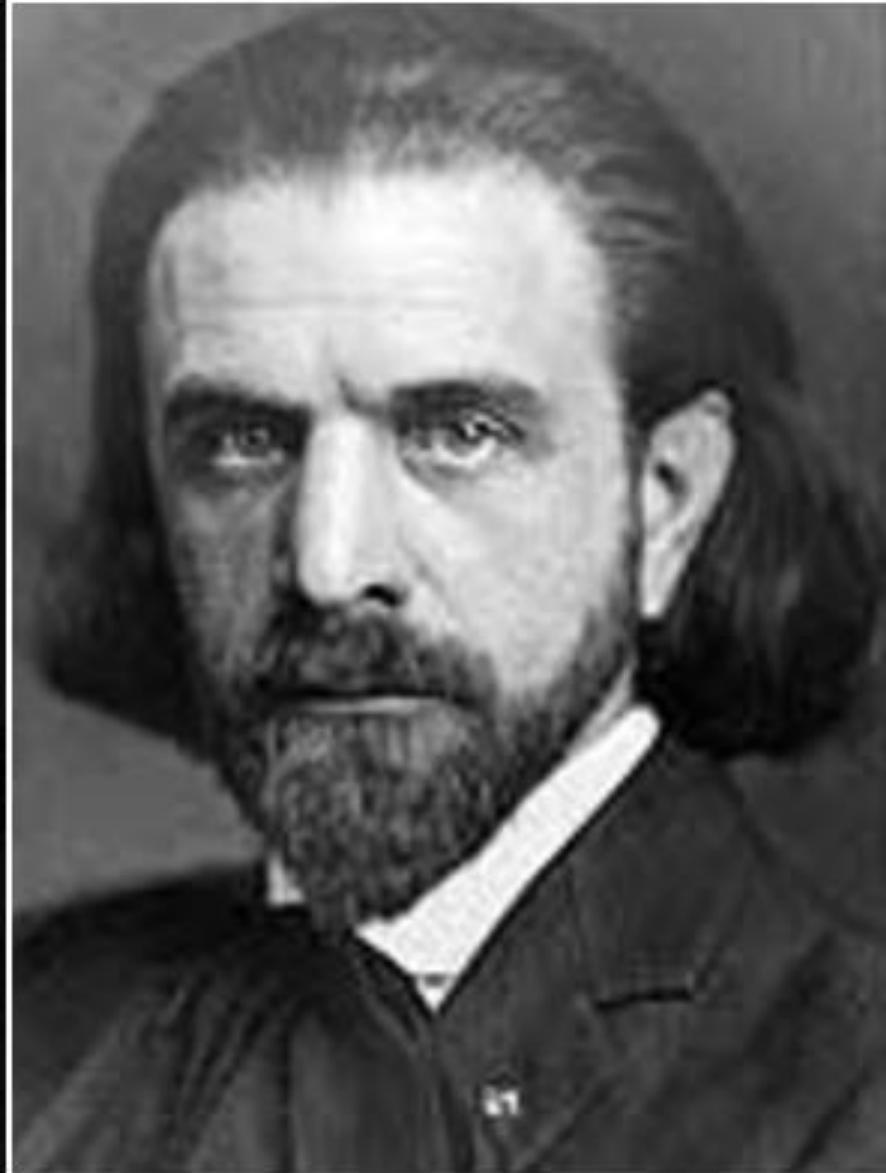
Elimina il
cibo
artificiale

Pianifica le
pause

Idratazione

Dormi 6-8
ore per notte

Non
guardare il
notiziario!



Mentre le altre professioni si preoccupano di modificare l'ambiente per adattarsi al corpo indebolito, la Chiropratica si occupa di rinforzare il corpo per adattarsi all'ambiente

— *B. J. Palmer* —

Grazie per l'attenzione!

