

## Osteopatia: che cosa è?

L'osteopatia è una terapia manuale che agisce direttamente sulla struttura fisica del paziente senza l'utilizzo di macchinari o farmaci.

L'obiettivo del trattamento osteopatico è quello di ristabilire una buona funzionalità (muscolo-scheletrica, circolatoria, di conduzione nervosa, viscerale e cranio-sacrale) che permetta al corpo di affrontare in modo efficace numerosi disturbi.



## Prevenzione

La prevenzione rappresenta la base del Metodo Osteopatico. L'osteopatia rileva quanto prima possibile le cause delle lesioni che, se trascurate, svilupperanno successivamente disfunzioni, indebolimento dei sistemi di difesa naturali, squilibri posturali e dolore.

## Mezzi

L'osteopata valuta la persona nel suo insieme, sia nella statica (esame posturale) che nella dinamica globale e segmentaria. Nell'esame del paziente, oltre ai comuni test clinici, si valutano le reazioni di movimento delle articolazioni, le tensioni muscolari e fasciali, la mobilità dei visceri. La diagnosi osteopatica viene pertanto effettuata valutando la storia del paziente, eventuali esami di laboratorio (Rx, TAC, esami del sangue ecc.) e soprattutto i risultati dei test eseguiti dall'osteopata.

## Perché curarsi con l'osteopatia?

L'osteopata, attraverso la palpazione e la manipolazione di muscoli, tessuti molli e articolazioni, valuta, tratta e previene le disfunzioni posturali, adoperando tecniche di allungamento, pressione dolce e resistenza. Quando appropriato, il trattamento manipolativo osteopatico può essere complementare alla maggior parte dei trattamenti medici e riabilitativi,

integrando e migliorando la valutazione e la cura del paziente. Possono beneficiare del trattamento osteopatico: neonati, bambini, giovani e anziani, ovvero persone di qualsiasi età e impegnate in ogni tipo di professione. Il trattamento manipolativo osteopatico può ridurre il dolore, migliorare l'abilità della persona nello svolgimento delle attività abituali e incrementare lo stato di salute.

## Campi di applicazione

Sistema muscolo-scheletrico: dolori muscolari di tipo artrosico, post-traumatici e da vizi posturali – sindrome da "colpo della strega" e sindrome da "colpo di frusta", tendiniti, epicondiliti, pubalgie, periartriti di spalla, cervicalgie, dorsalgie, lombalgie – dolori costali o intercostali, esiti di traumi distorsivi caviglia e ginocchio, prevenzione e trattamento della scogliosi nel bambino. Sistema neurologico: cervicobrachialgie, cruralgie, lombosciatalgie, sindrome del tunnel carpale, fasciti plantari, neuralgie del trigemino. Sistema neurovegetativo: stress psico-fisico, stati ansiosi, depressivi, turbe del sonno, fibromialgie.

## Massoterapia: che cosa è?

La massoterapia è una tecnica riabilitativa e preventiva che si fonda essenzialmente sull'applicazione di massaggi. Con questo termine si include infatti l'insieme di cure realizzato tramite massaggi a varie parti del corpo.



## Perché si fa ricorso a questa tecnica?

Essendo una delle terapie più antiche e diffuse, ha una larga applicazione nella cura dei traumi e delle malattie. Viene utilizzata per ridurre la fatica, incrementare la capacità di recupero degli atleti e per rilassare i muscoli (specie per chi soffre di stress e tensione muscolare). Determina uno stato di rilassamento generale a livello psicofisico.