

Il chiropratico allena gli atleti

Test per anticipare possibili traumi e correggere il corpo

Maurizio Maria Fossati

CHIROPRACTICA, una medicina alternativa che può curare i disturbi neurofisiologici, articolari e, secondo l'Associazione italiana chiropratici (aic@chiropratica.it), fare prevenzione anche nell'ambito dello sport. Una ricerca bibliografica del Canadian Chiropractic College di Toronto (*Chiropractic treatment and the enhancement of sport performance*) ha raccolto gli studi disponibili sui benefici del trattamento chiropratico nelle prestazioni sportive. Anche se occorrono altre verifiche per validare scientificamente i risultati ottenuti sui campi di gioco, i chiropratici non nascondono il loro entusiasmo.

«**IL DOTTORE** chiropratico – afferma Matteo Steiner, vicepresidente Aic – è specializzato nel risolvere i disturbi neurofisiologici e della struttura articolare, in particolare della colonna vertebrale, ma è anche in grado di individuare e correggere eventuali difetti, in modo da pre-

venire i traumi futuri. E questa è una prestazione particolarmente preziosa per chi pratica attività sportive».

Come opera il chiropratico nell'ambito della prevenzione?

«Siamo in grado di valutare lo stato di funzionamento del corpo attraverso un'analisi dettagliata dei movimenti, della forza muscolare, della mobilità vertebrale e di tensioni miofasciali. Quando alcuni dei nostri test mostrano che l'organismo non sta funzionando come dovrebbe, emerge chiaro che, a lungo andare, la disfunzione può portare a usura precoce di muscoli e articolazioni anche senza sintomi evidenti. Nell'attività sportiva, tutti i processi avvengono più velocemente perché si richiedono prestazioni più elevate al corpo. E la possibilità di infortunio aumenta».

Quindi i margini di errore diagnostico devono essere inferiori.

«I nostri test sono così specifici che riusciamo a 'vedere' un infortunio prima che accada, e quindi a correggere la disfunzione che potrebbe causarlo».

In che modo la chiropratica può migliorare la prestazione sportiva?

«Ogni singola articolazione, muscolo, le-

gamento, organo e cellula del corpo umano è gestita dal sistema nervoso, composto da cervello, midollo spinale e nervi. Se il cervello è in grado di gestire il corpo senza alcuna interferenza, la funzionalità è ottimale. Quando invece si creano delle sublussazioni vertebrali, cioè dei disallineamenti che creano interferenza con la trasmissione del segnale neurologico dal cervello ai tessuti periferici, il risultato è una funzionalità ridotta. Ebbene, il chiropratico lavora per annullare le interferenze».

Se malauguratamente si ha un incidente, come ci aiuta il chiropratico?

«In caso di infortunio, il chiropratico individua i fattori causali ed elimina l'interferenza neurologica funzionale (sublussazione) ottimizzando l'integrità della colonna vertebrale. Una volta che la parte infortunata comincia ad avere una funzionalità maggiore, gli esercizi correttivi e riabilitativi diventano fondamentali per tornare in forma al 100%. Tutti i dottori chiropratici iscritti all'Aic hanno le competenze per aiutare gli atleti a guarire, alcuni seguono anche corsi di specializzazione per imparare a gestire i traumi acuti sul campo. Fa parte dell'Aic anche un comitato di chiropratica dello sport (Cics)».

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Aggiustamenti in campo quando arriva il colpo di frusta

IL COLPO di frusta è tra i traumi più comuni nei tamponamenti automobilistici, ma spesso anche nei campi sportivi. «Innanzitutto – spiega Giancarlo Viano, dottore in chiropratica – se non ci sono fratture vertebrali, la vittima di un colpo di frusta viene sottoposta al check chiropratico: un controllo dell'assetto e della funzionalità vertebrale e muscolare cervicale, e del resto della colonna. L'obiettivo è ripristi-

nare i corretti equilibri attraverso uno o più aggiustamenti vertebrali. Il trattamento consiste nell'applicazione di una pressione mirata e controllata sull'articolazione e sui tessuti adiacenti. L'aggiustamento deve essere eseguito esclusivamente da un chiropratico qualificato. Consiglio quindi di rivolgersi esclusivamente all'Aic (numero verde 800017806) per avere la garanzia. Il chiropratico controllerà

tutta la colonna vertebrale alla ricerca di altre disfunzioni, preesistenti o conseguenti all'incidente, da correggere perché possono essere causa di tensioni della struttura che avvolge il midollo spinale».

In Italia sono Aic i dottori in chiropratica che hanno conseguito la laurea presso i College riconosciuti dall'Organismo mondiale chiropratica.

m. m. f.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

L'INDAGINE

I test chiropratici analizzano i movimenti, la forza muscolare e la mobilità della colonna vertebrale

LA SOLUZIONE

Il chiropratico annulla i disallineamenti vertebrali, interferenze che disturbano il cervello nella gestione del corpo



Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.