

Ambiente e Benessere

Dal «jetset» al «gypset»

Viaggiare come gli zingari: la nuova frontiera della vacanza è il vagabondaggio «slow»



► pagine 10-11

Quando Nizza è in Monferrato...

In una cittadina piemontese trova la sua sede un sodalizio che si impegna per diffondere la conoscenza di una specifica qualità di Barbera

► pagina 12



Stagione conclusa, anzi no

Lugano fuori dalla corsa per il titolo, mentre l'allenatore dell'Ambri avrà bisogno ancora di una buona scorta di gomme da masticare

► pagina 13



Il grande potere degli aghi

Medicina complementare Sistema terapeutico antico di almeno duemila anni, l'agopuntura ha una comprovata efficacia nell'ambito di un ampio ventaglio terapeutico

Maria Grazia Buletti

Fra le discipline di medicina complementare reintrodotte quest'anno, seppur transitoriamente, nell'ambito delle cure medico sanitarie obbligatorie riconosciute dalle assicurazioni malattia, l'agopuntura (parte integrante della medicina tradizionale cinese) rappresenta la voce fuori dal coro: «Parecchi studi clinici e a cosiddetto doppio cieco (ndr. studio adottato per valutare le effettive azioni di un farmaco o una terapia) sono stati effettuati su larga scala in Europa come pure in Cina e negli Usa, e hanno dimostrato senza ombra di dubbio la sua efficacia in svariati ambiti terapeutici. Presumo che questa sia la ragione per la quale l'allora consigliere federale Pascal Couchepin non l'aveva stralciata dall'assicurazione medico-sanitaria di base, come invece avvenne per le altre specialità complementari di cui non esistevano precisi e convincenti risultati analoghi riguardo alla loro validità». Così esordisce il dottor Massimo Fumagalli, da noi interpellato per aiutarci a comprendere meglio cosa sia l'agopuntura.

«Per cominciare – spiega il dottor Fumagalli – bisogna sottolineare che quando parliamo di medicina tradizionale cinese, dunque anche di agopuntura, noi parliamo di vera e propria medicina: forse un po' meno sviluppata di quella occidentale a causa dei minori investimenti di cui ha potuto godere fino ad oggi, ma pur sempre definita da un curriculum universitario che determina la laurea in medicina tradizionale cinese, con durata di circa cinque – sei anni a cui vanno seguito specializzazione e pratica ospedaliera».

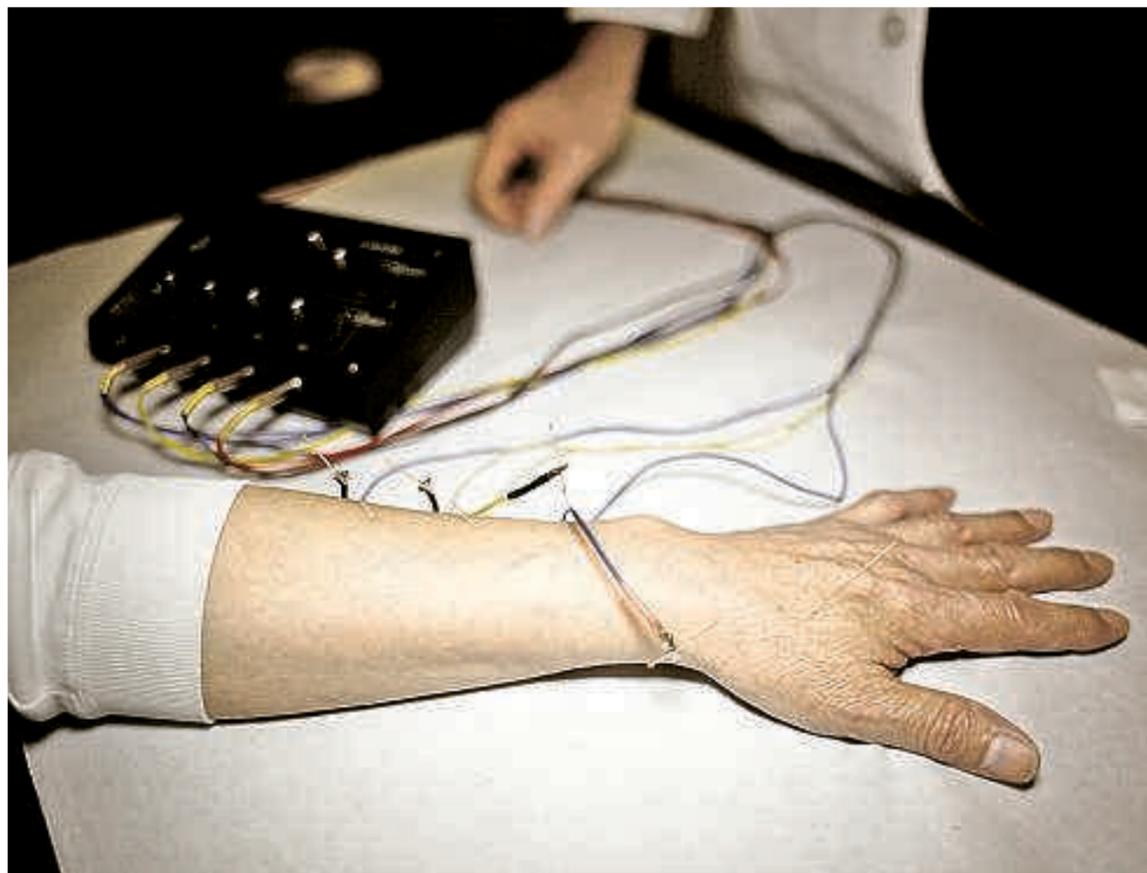
Il dottor Massimo Fumagalli dirige oggi quattro studi di medicina tradizionale cinese a Lugano, Locarno, Chiasso e Ginevra, e si avvale della col-

laborazione di medici svizzeri specializzati in medicina cinese e di alcuni medici cinesi, con almeno 15/20 anni di esperienza al loro attivo. Egli stesso, laureatosi in medicina a Basilea nel 1994, prima di dedicarsi, si è trasferito in Cina per tre anni dove ha studiato e praticato la medicina tradizionale cinese all'Università di Medicina Tradizionale Cinese di Pechino, a cui hanno fatto seguito tre anni di studio e pratica clinica al Pacific College of Oriental Medicine di New York.

È dunque possibile definire la medicina tradizionale cinese, e di conseguenza l'agopuntura, come una medicina che interviene nell'ambito di un



Il dottor Massimo Fumagalli nel suo studio.



Una seduta di trattamento: tra i campi più frequenti di applicazione c'è l'analgesia.

ampio ventaglio di patologie con efficacia comparabile a quella occidentale. «In sintesi, l'agopuntura è un sistema terapeutico vecchio di almeno duemila anni, che consiste nell'inserzione di aghi molto fini in punti strategici del corpo, con lo scopo di creare dei cambi nel flusso di energia, o Qi» il dottor Fumagalli ci spiega che questi cambiamenti energetici ristabiliscono l'armonia del corpo e, a livello scientifico, il suo effetto si può spiegare come «una trasmissione di impulsi elettrici che dalla periferia vanno a influenzare il sistema nervoso centrale».

Parecchi, come detto, sono gli ambiti terapeutici nei quali l'efficacia e i benefici dell'agopuntura risultano essere incontestabili, a cominciare dall'analgesia: «Potrei dire che funziona molto bene per tutti i tipi di dolori, dalla fibromialgia a quelli generati dalle malattie oncologiche. Gli studi iniziali sull'agopuntura hanno proprio dimostrato che, nella diminuzione del dolore, essa possiede un effetto comparabile a quello della morfina: aumenta la produzione delle endorfine e raggiunge l'organo cosiddetto target».

Dunque, andiamo dall'ernia discale ai dolori di cui sopra, fino alla cura dell'emigrania: «È noto che un'altissima percentuale di popolazione europea soffre di emigrania (fino al 18 per cento delle persone) con conseguenze invalidanti, ingenti costi della salute, di medicine, fino alla perdita di guadagno dovuta alle assenze lavorative. L'agopuntura, con il suo schema applicabile a una patologia cronica di dieci sedute con frequenza settimanale, tre o quattro bisettimanali e in seguito una al mese, risolve brillantemente la patologia con costi sul lungo termine nettamente minori alla medicina occidentale». Un altro aspetto su cui l'agopuntu-

ra può essere parecchio efficace è quello dell'obesità che, è pure noto, con il sovrappeso rappresenta oramai un fattore rischio molto importante per le malattie croniche come diabete, malattie cardiovascolari, tumori e artrosi, in aumento costante nella popolazione mondiale: «Solo in Svizzera, i costi della salute generati dall'obesità sono stimati a circa cinque miliardi di franchi all'anno». Con questi impressionanti dati il dottor Fumagalli ci rende attenti su come «con l'Agopuntura, coadiuvata da una corretta dieta, si possa far fronte al sovrappeso e all'obesità con efficacia e risultati duraturi».

Il nostro interlocutore completa questi esempi di campo d'azione terapeutico attraverso la cura degli aspetti emozionali: «Ci occupiamo con successo di burnout, depressioni, ansie, con il vantaggio che l'agopuntura non genera gli effetti collaterali dei farmaci, al punto da migliorare di parecchio la situazione, riducendone la dipendenza». Inoltre l'agopuntura trova spazio anche fra i problemi ginecologici: «Parliamo di infertilità, cicli mestruali dolorosi, problemi menopausali in cui possiamo aiutare per provare a evitare la terapia sostitutiva ormonale. E ancora: problemi gastroenterologici come il colon irritabile, malattia diffusiva e difficile da trattare con la nostra medicina occidentale».

È interessante, infine, l'applicazione nel campo oncologico che ne dimostra la perfetta complementarietà con la medicina occidentale: «L'Agopuntura cura diversi aspetti degli effetti collaterali dei trattamenti oncologici: dallo stato puramente emozionale, alle vampate e sudorazioni della sindrome menopausale indotta dal trattamento dei tumori al seno, fino al miglioramento dell'energia e della

forza nei pazienti sottoposti a chemio e radioterapia».

Iniziamo a individuare una concreta complementarietà tra le due medicine, che il dottor Fumagalli conferma: «La medicina è pragmaticamente cosa complementare: nessuna può arrogarsi l'esclusività terapeutica. Medicina cinese e medicina occidentale devono essere considerate complementari una all'altra, nei due sensi». D'altronde è un dato di fatto che una percentuale sempre maggiore della popolazione occidentale cerchi terapie complementari da integrare alla medicina convenzionale per affrontare e combattere le malattie. «Una delle ragioni di questa tendenza – ci spiega Fumagalli – è sicuramente il bisogno di integrare la percezione occidentale del corpo come entità fisica separata dalla mente a una visione orientale olistica, in cui le due parti siano strettamente relazionate». Egli individua le altre ragioni nella ricerca crescente dell'elemento spirituale nella relazione con il proprio corpo, con la malattia e con la vita in generale, nella necessità di ridurre la dipendenza da medicinali e di utilizzare una medicina che coordini le proprie risorse per combattere i sintomi della malattia.

«Fra i diversi tipi di approccio della medicina complementare, la medicina tradizionale cinese spicca per lunga tradizione, serietà nell'insegnamento, nella ricerca e soprattutto nei risultati» conclude il dottor Fumagalli che, interpellato su come un paziente si debba orientare nella scelta del proprio terapeuta, non ha dubbi: «La prerogativa di un agopunturista serio è che abbia una laurea in medicina, con una seria formazione di agopuntura e una lunga esperienza acquisita sul campo. Su questo non transigo».