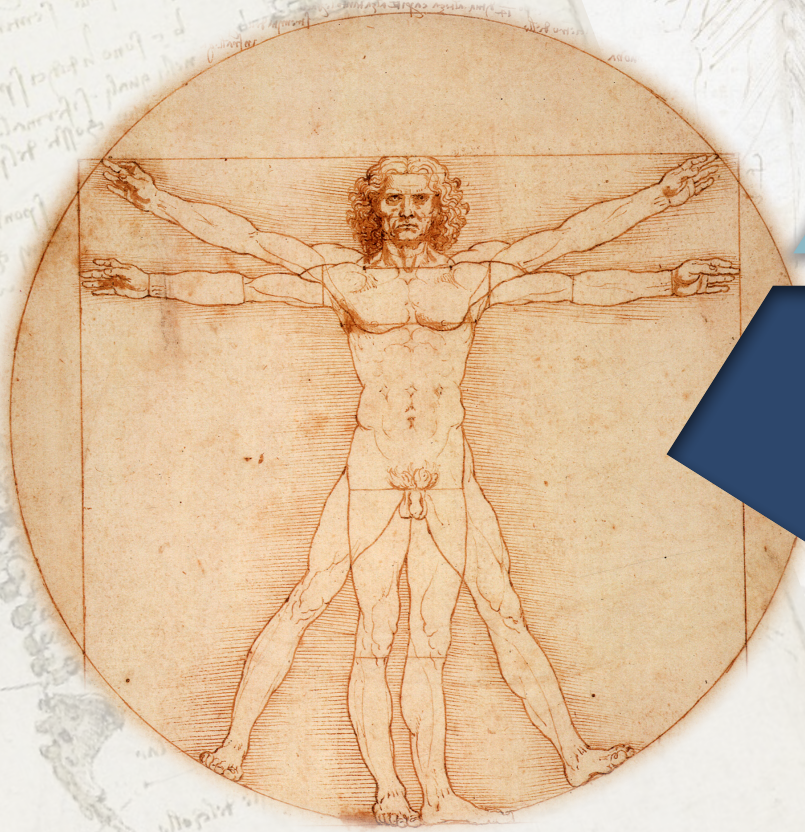

FRANCESCO
REFORZO

Osteopatia:

il benessere vien dall'equilibrio

Osteopatia:

il benessere vien dall'equilibrio

L'osteopatia classica è una medicina manuale nata in America nel 1800 ad opera del dottor A.T. Still. È un metodo terapeutico che considera sempre l'organismo nel suo insieme senza mai esaminarne solo delle parti.

L'osteopatia è conosciuta soprattutto per i benefici che procura nelle problematiche di tipo osteoarticolare e muscolare, ma può essere d'aiuto anche in altre situazioni.

Il campo di applicazione dell'osteopatia è molto vasto, perché tratta tutte quelle affezioni che interessano l'apparato neuro-muscolo-scheletrico e viscerale.

La possibilità di scelta fra le varie metodologie offre la possibilità all'osteopata di lavorare su qualunque tipo di persona e in qualunque età: il bambino, le donne in gravidanza, gli anziani e tutte le persone che possono essere trattate con tecniche dolci (fasciali, funzionali, cranio-sacrali), mentre altre tipologie di pazienti (soprattutto gli sportivi) possono trovare beneficio anche da tecniche più energiche.

L'osteopatia può aiutare a gestire meglio sintomi quali gli spasmi dolorosi del colon irritabile, la dispepsia, il reflusso gastroesofageo, i dolori mestruali, l'asma.

L'osteopatia può avere anche funzione preventiva, in particolare nella prima infanzia, ma anche nei soggetti adulti, per esempio nella donna incinta che vuole gestire al meglio gli ultimi mesi di gravidanza o negli sportivi sia per cura che la prevenzione dell'infortunio.

L'osteopata vanta una stretta collaborazione con un ampio ventaglio di specialisti, tra i quali ricordiamo pediatri, fisiatri, medici dello sport, dentisti, podologi, dietisti.

L'Osteopatia

Gli osteopati che si occupano di cura e prevenzione infantile devono avere conoscenze approfondite in ambito pediatrico.
Il trattamento può essere fatto semplicemente a scopo preventivo o per ovviare a eventuali disfunzioni da parto che potrebbero condizionare la crescita del bimbo (a volte provocati da una nascita particolarmente difficoltosa, come un travaglio lungo, parto podalico, parto operativo con l'uso di strumenti ostetrici ad alto impatto meccanico). Tra questi ricordiamo disturbi del sonno, rigurgiti, irrequietezza senza motivi apparenti, coliche addominali.

Il lavoro dell'osteopata, si ricorda, che è sempre coadiuvato dalla collaborazione del pediatra o di altri specialisti. Piace ricordare, nell'applicazione dell'osteopatia pediatrica, la figura della dottoressa e osteopata americana Viola Frymann che ha dedicato la sua vita allo studio e alla pratica dell'osteopatia neonatale e pediatrica, istituendo in California, dal 1982, il centro universitario di riferimento "Osteopathic Center for Children & Families".

La testimonianza data dalla ricerca e dalla pratica continua hanno dimostrato che l'osteopatia è efficace non solo nei traumi da parto e nella prevenzione, ma anche nelle varie tappe di sviluppo del bambino.

Osteopatia Pediatrica

L'osteopatia può essere particolarmente utile in gravidanza, quando la crescita del "pancione" porta a cambiare gli schemi posturali preesistenti, accentuando la curvatura lombare e modificando per compensazione la curva dorsale e tutto l'assetto posturale. Per questo è normale che nel corso dei nove mesi la futura mamma vada incontro a tensioni di natura compensatoria lungo la colonna, che possono causare algie (dolori) alla schiena o al nervo sciatico, così come possono comparire cervicalgie o mal di testa.
Grazie a tecniche manipolative dolci, non invasive, l'osteopata ricerca un riequilibrio funzionale di tali tensioni e aiuta la colonna ad adattarsi meglio alle modificazioni posturali favorendo un importante aiuto al periodo della gestazione.

Altro disturbo che si può alleviare è il tunnel carpale, di cui si può soffrire nei nove mesi a causa della maggior ritenzione idrica dei tessuti che può provocare una compressione del nervo mediano nel polso: attraverso movimenti mirati e specifici l'osteopata lavora sul sistema linfatico per sollevare il corpo da compressioni che molte volte determinano congestione ed edema in particolare agli arti inferiori.

Le manipolazioni possono influire positivamente sulla circolazione, aiutando a migliorare la stasi venosa e sulle nausee, lavorando con particolare attenzione al nervo vago e al riequilibrio del sistema neurovegetativo.

Osteopatia in Gravidanza

L'osteopatia si occupa di postura e, attraverso il riequilibrio posturale cerca di migliorare tutti i sistemi funzionali: meccanico, nervoso, circolatorio e fasciale. Il trattamento di osteopatia è sempre un riequilibrio posturale, ma è corretto parlare di "Osteopatia Posturale" proprio per richiamare l'attenzione alle posture scorrette.
Nelle varie attività di vita quotidiana, in ufficio davanti al computer, in macchina, o semplicemente seduti davanti alla televisione, assumiamo posture ripetute che possono creare disturbi funzionali e conseguenze infiammatorie. Tensioni importanti nel tratto cervicale, infiammazioni a spalla, gomito o al polso, dovuta a movimenti ripetuti (pensiamo all'uso del mouse o di strumenti di lavoro comuni negli uffici), che determinano rigidità e tensione.

L'adozione di posture compensatorie dovute a stress, al temperamento della persona, alla ricerca del comfort, a stati emozionali improvvisi manifestano conseguenze importanti sulla funzionalità fisiologica del corpo.

Il trattamento mira a riequilibrare questi atteggiamenti che si cronicizzano e molte volte, nonostante il corpo sia elastico, conducono a difficoltà per tornare ad una sua neutralità, causando importanti disturbi. Il trattamento osteopatico cerca di riorganizzare la postura della persona attraverso movimenti blandi, semplici, ma molto precisi con lo scopo di migliorare non solo l'apparato muscolo-scheletrico, ma anche il funzionamento degli organi e della circolazione sanguigna e linfatica .

Osteopatia Posturale

L'osteopata individua e agisce direttamente sugli squilibri biomeccanici, risolvendo in questo modo i disturbi neurofisiologici dello sportivo proprio attraverso il riequilibrio della struttura articolare, fasciale, viscerale, cranio sacrale.

Gli sportivi che ricorrono alla figura dell'osteopata sono sempre di più ed anche le Società Sportive Professionistiche arruolano l'osteopata all'interno dello staff sanitario. Una figura indispensabile sia nella prevenzione dell'infortunio, aumento della performance e preparazione alle competizioni sia nella cura di traumi distorsivi, infiammazioni tendinee di tipo posturale e problemi muscolari.

L'osteopata dopo la visita e il trattamento per il ripristino delle disfunzioni articolari e fasciali, può consigliare un piano di mantenimento ed un monitoraggio periodico per il mantenimento di una buona ergonomia e postura durante gli allenamenti e la gara.

Osteopatia e Sport

Lavorare con questa categoria di pazienti significa prima di tutto ricordare che si interviene su un corpo che ha raccolto negli anni traumi di natura fisica ed emotiva, i cui stati d'animo hanno provato la psiche e il corpo nel bene come nel male.

Ormai è noto che, secondo la scienza della psicosomatica, può esistere una interconnessione tra un disturbo somatico (del corpo) della persona e il suo stato emotivo (psiche), che può condizionare la postura a tal punto da determinare alterazioni funzionali che nel tempo rendono il corpo ammalato.
Il corpo degli anziani porta con sè tutta l'esperienza della vita vissuta e per questo l'approccio deve essere sempre svolto con rispetto e sensibilità .

A tal proposito in alcuni casi, più che risolutori di problematiche strutturali e svolgere importanti manipolazioni, bisogna cercare di far ritrovare all'anziano attraverso movimenti delicati, semplici, ma specifici, un'armonia col proprio corpo, limitando il più possibile l'insorgenza di fastidiosi dolori, sempre più frequenti col passare degli anni.

Osteopatia Geriatrica

Francesco Reforzo, *Osteopata D.O., R.O.I., M.I.C.O.*

Dopo il diploma di maturità affronta con successo i corsi per Massoterapista (1993), si diploma Osteopata presso la scuola Italiana di Osteopatia (2004) e consegue il diploma di Specializzazione in Osteopatia Classica presso l'Institute of Classical Osteopathy di Maidstone (U.K.). Inoltre nel 2017 si è specializzato in osteopatia pediatrica presso la Sutherland Cranial College of Osteopathy in U.K.

Nel 2006 fonda e presiede l'A.I.O.C. (Associazione Italiana Osteopatia Classica) e nel 2009 fonda e dirige l' E.I.C.O. Italia (European Institute of Classical Osteopathy), Scuola di Osteopatia che ad oggi vanta al suo attivo collaborazioni e protocolli d'intesa con alcuni tra i più importanti istituti del settore (I.C.O. – Institute of Classical Osteopathy, Maidstone - U.K. e C.A.O. – Canadian Academy of Osteopathy) ed il riconoscimento del R.O.I. (Registro degli Osteopati d'Italia).

Ad oggi Francesco Reforzo alterna la sua attività di libero professionista alla docenza di corsi post graduate presso il "John Wernham College of Classical Osteopathy" di Maidstone - U.K.

Francesco Reforzo

Francesco Reforzo

Osteopata D.O.; R.O.I.; M.I.C.O.

+39 0184 25 31 31

+39 335 81 61 561

www.francescoreforzo.it

francesco.reforzo@gmail.com

STUDIO:
Poliambulatorio VALLE CENTER
Via Col. Aprosio, 464 - Vallecrosia (IM)

Francesco Reforzo e John Wernham
(fondatore dell'Osteopatia Classica) - Maidstone (UK)