

Scheda informativa per i media

Giornate Svizzere della Schiena

Le Giornate Svizzere della Schiena hanno l'obiettivo di riconoscere precocemente i problemi dorsali nei bambini in età scolare. Questa campagna annuale è un'iniziativa di ChiroSuisse, l'Associazione Svizzera di Chiropratica (associazione professionale svizzera dei chiropratici).

Mal di schiena - le precauzioni per una schiena sana iniziano nell'infanzia

Anche i bambini e i giovani si lamentano sempre di più di avere dei problemi nella zona spinale. I chiropratici svizzeri possono identificare rapidamente dei danni a causa della postura e un posizionamento sbagliato della schiena. Vale la pena di fare un controllo preventivo, perché una diagnosi precoce dei problemi alla schiena può prevenire possibili problemi a lungo termine.

In occasione delle Giornate della Schiena i chiropratici **effettuano visite gratuite alla schiena di bambini e adolescenti**. La visita comprende un controllo chiropratico di base ed è assolutamente indolore. Il chiropratico esamina il bambino nello studio, utilizzando semplici metodi. Il referto viene subito comunicato oralmente ai presenti. Dei suggerimenti pratici vengono forniti gratuitamente. Qualora fossero necessarie ulteriori misure per una diagnosi, ad es. una radiografia o un test di laboratorio, se ne parla e si fissa un appuntamento separato. La partecipazione non comporta ulteriori obblighi da parte degli interessati.

I chiropratici sono felici di consigliare

Ci sono molti passi che possono essere fatti a casa e a scuola per evitare dei problemi alla schiena dall'inizio. Una sedia con la corretta regolazione in altezza, e schienale con supporto lombare sono importanti. Un sedile inclinabile è l'ideale. Dovrebbero essere privilegiate anche delle scrivanie che possono crescere insieme e che non limitano lo spazio per le gambe. I chiropratici sono felici di consigliare i genitori quando si tratta di acquistare uno zaino scolastico, una scrivania o una sedia da ufficio. Evitare di stare seduti per lunghi periodi. Chi rimane spesso seduto molto dovrebbe fare delle brevi pause con molto movimento.

I bambini spesso iniziano a fare esercizio durante la scuola. Ciò può causare lesioni, e un allenamento intenso può persino portare ad un sollecitamento eccessivo. Anche in questo caso i chiropratici possono essere le prime persone di riferimento. Una diagnosi attenta e una terapia adeguata sono qui importanti.

Quando andare dal chiropratico?

Nella giovinezza il corpo si sviluppa di nuovo fortemente; la colonna vertebrale in particolare subisce un notevole aumento di lunghezza. Pertanto, è ancora più importante ora, in caso di segni di una curvatura della colonna vertebrale (scoliosi) o di una forte gobba (malattia di Scheuermann), non esitare troppo a lungo: in questi casi, spesso non è solo necessario effettuare una visita fisica, ma anche farsi un quadro più dettagliato (radiografia). Il chiropratico sa esattamente quale terapia può essere utilizzata per affrontare il problema, e

se è necessario un rinvio ad una clinica specializzata. Il dolore che si manifesta a causa di una curvatura può essere trattato molto bene con la chiropratica.

Che cos'è la chiropratica?

In Svizzera, come la medicina umana e la medicina dentale, la chiropratica è una delle professioni mediche universitarie. L'attenzione si concentra sul sistema muscolo-scheletrico, in particolare sulla colonna vertebrale e sul sistema nervoso del paziente. Nove anni di studio e perfezionamento in medicina e chiropratica fanno del chiropratico il primo interlocutore competente per i problemi alla schiena e alla nuca. I compiti del chiropratico sono la diagnosi, il trattamento, la consulenza e il supporto.

Gli studi dimostrano che **i pazienti sono più soddisfatti, e i costi sono inferiori quando, in caso di dolori alla schiena, si rivolgono prima al chiropratico.** I chiropratici sono qualificati per fare diagnosi grazie al loro titolo universitario. Il trattamento viene solitamente eseguito manualmente. In molti casi non sono necessari farmaci o interventi chirurgici.

La chiropratica è coperta dall'assicurazione sanitaria legale.

Per maggiori informazioni: www.giornatedellaschiena.ch e www.chirosuisse.ch

ChiroSuisse è l'associazione professionale dei chiropratici in Svizzera. Conta circa 450 membri. Molti membri lavorano nei propri studi. Tutti gli studi di chiropratica in Svizzera sono elencati sul sito web di ChiroSuisse:

<https://www.chirosuisse.ch/it/chiropratica/studi-chiropratici-in-svizzera>

Interlocutore per le domande dei media

Lana Strobel

Responsabile Comunicazione

ChiroSuisse

Sulgenauweg 38, 3007 Berna

T +41 31 372 26 54

lane.strobel@chirosuisse.info

www.chirosuisse.ch