

Organo ufficiale di Pro Chiropratica Svizzera

## Foundation for Chiropractic Research – 2/3

**Michael Vianin** Nel primo articolo\* di questa serie, il presidente Longin Korner ha esposto le motivazioni che hanno spinto un gruppo di chiropratici a concepire e creare una Fondazione per la ricerca chiropratica. Nello stesso articolo ha presentato anche i primi membri del Consiglio di fondazione.

I sei membri del Consiglio di fondazione – di cui faccio parte anche io – eletti dal Consiglio direttivo di ChiroSuisse, si sono riuniti per definire la visione e la strategia della Fondazione per i successivi cinque anni. Entrambe fondamentali per un positivo funzionamento dell'organizzazione, sono illustrate di seguito.

La visione della Fondazione si basa sulla creazione di un centro di competenza per la chiropratica finalizzato a promuovere la ricerca in questo ambito e a generare dati significativi che possano ancorare questa disciplina nel sistema sanitario svizzero, in particolare per i pazienti che soffrono di disturbi di origine neuromuscoloscheletrica.

Il mandato della Fondazione è quello di ottenere un considerevole miglioramento delle conoscenze scientifiche, ma anche della qualità e del numero dei trattamenti di chiropratica. A tale fine, la Fondazione si impegna a sostenere, agevolare e tutelare la ricerca di base e traslazionale rilevante per la chiropratica in Svizzera. L'obiettivo è anche quello di fornire ai ricercatori coinvolti nei vari progetti le risorse necessarie per il loro lavoro, sostenendoli così nella gestione delle numerose sfide quotidiane a cui sono chiamati a far fronte.

Per un funzionamento ottimale, la Fondazione considera fondamentali i seguenti valori: **impegno, fiducia, innovazione, qualità e integrità.**

### • Impegno

La Fondazione si impegna ad avere un impatto positivo sulla professione mediante l'ottenimento di evidenze scientifiche nel campo della chiropratica.

### • Fiducia

La Fondazione si impegna a operare in modo trasparente. Per farlo applica linee guida chiare finalizzate a instaurare e curare relazioni durature e di valore con donatori e partner.

### • Innovazione

La Fondazione si impegna a stimolare pazienti e ricercatori affinché scoprano modalità sempre nuove e intelligenti per promuovere un'assistenza sanitaria di qualità nella medicina chiropratica.



Michael Vianin pratica la professione chiropratica presso la Clinique Générale di Friburgo. Inoltre, ricopre il ruolo di chiropratico dirigente nel reparto di chiropratica dell'Ospedale universitario CHUV di Losanna. Ha scritto un libro sul trattamento dei dolori di origine muscoloscheletrica.

© miragesphoto



## Donazioni alla fondazione



*La Fondazione intende operare da ponte tra i diversi attori della chiropratica in Svizzera.*

### • **Qualità**

La Fondazione si impegna al rispetto di elevati standard di qualità. Tutte le proposte di ricerca vengono sottoposte a una valutazione interna e a un controllo esterno da parte di un comitato consultivo scientifico indipendente.

### • **Integrità**

a Fondazione si impegna al rispetto dell'etica, della credibilità e della responsabilità mantenendo le proprie promesse e adempiendo ai propri obblighi.

Per assolvere a questo mandato è stato redatto un piano strategico quinquennale che integra i valori della Fondazione. Il piano operativo illustra le sfide e gli obiettivi, insieme alle misure finalizzate al loro conseguimento.

Tra le sfide della Fondazione figurano la raccolta di fondi, il sostegno dei ricercatori, la garanzia della qualità della ricerca e la promozione della collaborazione tra scienziati e centri di conoscenza.

Gli obiettivi perseguiti dalla Fondazione sono un finanziamento stabile e sostenibile, l'aumento della visibilità della professione chiropratica e del suo ruolo nella ricerca, la garanzia di progetti di ricerca in linea con le esigenze dei pazienti, dei chiropratici e del sistema sanitario svizzero, il miglioramento della qualità e degli standard nella ricerca chiropratica, lo sviluppo di opportunità per i ricercatori, il potenziamento della collaborazione interprofessionale nella ricerca e l'allargamento delle reti di confronto nella ricerca chiropratica.

Le misure strategiche per conseguire tali obiettivi comprendono la creazione di fonti di finanziamento, la costruzione di relazioni basate sulla fiducia con donatori e partner per ottenere un sostegno a lungo termine, la promozione del trasferimento

delle conoscenze scientifiche nella pratica quotidiana, l'espansione della capacità di ricerca nel campo della chiropratica in Svizzera, la promozione della trasparenza nella ricerca e il sostegno di progetti di ricerca coerenti e collaborativi.

Il piano getta le fondamenta del lavoro e definisce in modo chiaro le condizioni di lavoro della Fondazione. Su queste basi la Fondazione sarà in grado di svolgere il proprio lavoro con integrità e trasparenza, senza perdere di vista gli obiettivi fissati nel documento programmatico. Le fasi successive prevedono la costituzione di un comitato consultivo scientifico esterno indipendente e la richiesta di fondi a sostegno della ricerca chiropratica.

Poiché quest'ultimo punto, come spesso accade, è quello decisivo, viene da sé che per raggiungere i propri obiettivi la Fondazione abbia bisogno del sostegno di tutti i soggetti che compongono il sistema sanitario chiropratico. In particolare, è importante poter contare sul sostegno di pazienti, chiropratici, assicurazioni, mondo politico e organizzazioni quali Pro Chiropratica e ChiroSuisse. Solo con un impegno forte e duraturo di tutte le parti interessate la Fondazione sarà in grado di adempiere al proprio mandato: sostenere gli sforzi di ricerca nel campo della chiropratica per promuovere la migliore qualità possibile dei trattamenti.

Il terzo e ultimo articolo di questa serie verrà pubblicato nella prossima edizione della rivista di Pro Chiropratica. Esso illustrerà la vita quotidiana di un ricercatore e, in particolare, gli sforzi richiesti per raccogliere i fondi necessari per svolgere e completare con successo un progetto di ricerca. ■

\* Pubblicato nella scorsa edizione della rivista di Pro Chiropratica, Schiena e salute 2/23.

# «I bambini hanno sempre ragione!»

**Rosmarie Borle** In passato, il mal di schiena nei bambini e negli adolescenti veniva spesso minimizzato. Tuttavia, gli studi dimostrano che i dolori alla schiena sono molto più comuni di quanto si pensi. Secondo la specialista in chiropratica Mette Hobaek Siegenthaler, questi problemi della schiena vanno presi sul serio.

Mette Hobaek Siegenthaler sa bene quali possono essere le conseguenze del mal di schiena nei bambini e negli adolescenti: danni legati a componenti genetiche, stress psichico e spesso anche mal di pancia e/o mal di testa. E continua: «La sedentarietà può causare debolezza muscolare e sovrappeso. Entrambi questi fattori hanno conseguenze negative sull'apparato locomotore. Tuttavia, anche praticare troppo sport in giovane età può essere dannoso perché, durante la crescita, l'apparato locomotore sviluppa reazioni sensibili alle forze a cui viene sottoposto. Articolazioni, ossa, tendini e muscoli possono subire sollecitazioni eccessive con un conseguente sovraccarico della schiena».

Una postura scorretta durante lo svolgimento dei compiti a casa, con la testa piegata in avanti, è spesso causa di torcicollo, dolore alle spalle e mal di testa. Ma nel suo studio, la specialista riceve di frequente anche bambini che soffrono di dolori alle braccia e alle spalle perché impugnano la penna in maniera non ergonomica. «Mi capita anche di vedere bambini e adolescenti con muscoli delle gambe più corti del normale a causa della mancanza di movimento. Questo può portare a una torsione del bacino, oltre che a problemi posturali». Presso lo studio, i giovani pazienti imparano che è importante intervallare i momenti di sedentarietà con pause durante le quali ci si alza, si

cammina o si compiono movimenti. Naturalmente è consigliabile anche praticare uno sport.

**«I bambini non sono adulti in miniatura»**

**Secondo diversi articoli pubblicati sui media, quasi il 30% dei bambini al di sotto degli 11 anni soffre di mal di schiena, può confermarlo?**

Mette Hobaek Siegenthaler: Sì, lo confermo. Gli studi dimostrano che il 30% dei bambini di 11 anni ha già avuto esperienze di mal di schiena. L'entità del mal di schiena varia notevolmente da bambino a bambino, alcuni ne soffrono una sola volta per breve tempo, altri più volte o per diverso tempo. È noto che nei bambini e negli adolescenti il perdurare del mal di schiena per oltre un mese può aumentare il rischio di soffrire di mal di schiena cronico in età adulta.

**Perché? Sedentarietà, assenza di esercizio fisico o sovraccarico?**

Le cause del mal di schiena nei bambini e negli adolescenti sono molteplici. Il più delle volte si tratta di mal di schiena meccanici, i cosiddetti mal di schiena funzionali, ossia non causati da patologie (come scoliosi, tumori ecc.). Spesso il dolore è provocato da un movimento scorretto o un sovraccarico (sport estremi). I bambini sono intrepidi e, in genere, adottano comportamenti incauti quando giocano e praticano sport. Paradossalmente, il mal di schiena è più frequente nei bambini che praticano sport più di tre volte a settimana rispetto a quelli che non praticano sport o che lo praticano in maniera meno assidua. Durante la fase di crescita che caratterizza l'età puberale, la colonna vertebrale è molto delicata e quindi sensibile alle sollecitazioni. Naturalmente, il mal di schiena interessa anche bambini e adolescenti in sovrappeso o che praticano poco sport. Spesso, infatti, il loro apparato muscolo-scheletrico non è sufficientemente robusto e piccoli incidenti causano spesso lesioni considerevoli.



La dott.ssa Mette Hobaek Siegenthaler, specialista in chiropratica ASC/ECU, pratica da 20 anni a Basilea, dove è titolare di uno studio. È specializzata nelle malattie dell'apparato locomotore dei bambini e degli adolescenti. Mette Hobaek Siegenthaler ha studiato chiropratica in California e ha conseguito un master in Advanced Health.

Anche patologie quali infezioni o tumori possono essere causa di mal di schiena. In questo caso, spetta ai chiropratici reagire adeguatamente e indirizzare il paziente verso altri specialisti.

## Che ruolo ha lo zaino?

Gli studi condotti non mostrano alcuna correlazione tra zaino e mal di schiena. Uno zaino ben regolato e non troppo pesante non dovrebbe causare alcun disturbo.

## 50 anni fa, nella mia scuola, per i bambini con una postura scorretta era previsto un corso di ginnastica supplementare finalizzato a evitare che si ingobbissero. Ritieni che dovrebbe essere reintrodotta?

No. Il termine «ingobbirsi» indica la formazione di una gobba, ossia della curvatura del dorso che si osserva in presenza di scoliosi. E una vera scoliosi non guarisce praticando esercizio fisico! Inoltre, in caso di postura scorretta è necessario eseguire un programma di esercizi personalizzato.

## I dolori lamentati dai bambini vengono tenuti nella dovuta considerazione dai genitori o, al contrario, vengono minimizzati?

La maggior parte dei bambini e degli adolescenti non vuole perdere giorni di scuola e soprattutto rinunciare alla vita sociale. Nella pratica, il mio motto è: «I bambini hanno sempre ragione». Se un bambino lamenta dolore, questo deve essere preso sul serio, sia dai genitori, sia da me. Se un bambino non reagisce positivamente al trattamento, ovvero non ne trae beneficio, è necessario eseguire immediatamente accertamenti e indagare a fondo la causa.

## I disturbi della concentrazione e la stanchezza sono spesso legati anche a un problema dell'apparato locomotore?

Gli studi dimostrano che i bambini e gli adolescenti che soffrono di mal di schiena si assentano spesso da scuola, pertanto faticano a seguire il programma. Tuttavia, non esiste alcuna correlazione diretta tra il mal di schiena e i disturbi della concentrazione. Inoltre, è noto che il mal di schiena cronico spesso porta a un allontanamento dalla vita sociale.

## Esistono danni posturali irreparabili che si manifestano già nell'adolescenza?

Sì, ma per lo più si tratta di danni posturali legati a fattori genetici o a sovraccarichi che si sono protratti per lungo tempo. Un esempio calzante è il morbo di Scheuermann, che causa una cifosi. Solitamente questo è dovuto a fattori meccanici che de-



formano i corpi vertebrali, rendendoli cuneiformi. Un'eventuale postura cosiddetta «pigra» del bambino peggiora il problema accentuando la cifosi e rendendola irreversibile.

## E che dire del torcicollo nei bambini che stanno troppo a lungo seduti davanti al computer? Il trattamento è lo stesso praticato anche negli adulti?

Sì, il torcicollo può presentarsi quando i bambini stanno seduti davanti al computer o giocano con il tablet o il cellulare troppo a lungo. In questo caso, in qualità di chiropratici possiamo fornire ai bambini indicazioni per una postura ergonomica. Il trattamento dei bambini e degli adolescenti è simile a quello degli adulti. Tuttavia, bambini e adolescenti non sono adulti in miniatura: questo significa che, durante il trattamento, è necessario dosare le forze. Il trattamento dei neonati, invece, è molto diverso. Inoltre, è necessario considerare l'aspetto della crescita. Attraverso l'anamnesi e la visita è possibile scoprire quanto il bambino crescerà ancora e, soprattutto, se la colonna vertebrale stia ancora crescendo oppure no. Naturalmente, è importante relazionarsi con i giovani pazienti in modo adeguato alla loro età sia quando si pongono loro domande e si spiega loro la diagnosi, sia durante il trattamento.

## Gli adolescenti sono collaborativi durante il trattamento?

In genere gli adolescenti sono molto collaborativi durante i trattamenti.

## Come valuta la percezione della salute da parte dei giovani pazienti?

Come nei pazienti adulti, si tratta di un aspetto molto personale. Alcune persone hanno una buona percezione della propria salute, altre meno. In generale direi che la maggior parte dei bambini e degli adolescenti ha una buona percezione del proprio corpo. ■

### Note legali

#### Direttore responsabile

Pro Chiropraktik Schweiz / Pro chiropratica Svizzera

#### Pubblicazione / Prezzi

Quattro volte l'anno  
Abbonamento annuale: CHF 20.-. Giornale singolo: CHF 5.-

Copie autorizzate 1300

#### Redazione

Rosmarie Borle, Giornalista, rosmarie.borle@bluewin.ch

### Forum consultivo

Dr. iur. Franziska Buob, Zürich, Dr. Peter Braun, chiropratico, Zurigo, Dr. Marco Vogelsang, chiropratico, Rainer Lüscher, Aarau, Dr. Rebecca Duvanel, La Chaux-de-Fonds, Dr. Yvonne Juvet, Buttes (chiropratici)

### Internet

www.pro-chiropraktik.ch

### Cambiamento d'indirizzo

Beatrice Rohrbach, Balmerstrasse 10, 3006 Bern  
mutationen@pro-chiropraktik.ch

### Inserzione / Pubblicità

Stämpfli Fachmedien, Wölflistrasse 1, casella postale, 3001 Bern, www.staempfli.com

### Tipografia / Edizione / Distribuzione

Stämpfli Comunicazione, staempfli.com

Schiene&salute: ISSN 1661-4313

stampato in  
svizzera