

Organo ufficiale di Pro Chiropratica Svizzera

Giornate Svizzere della Schiena: intervista al Dr. Michel Kressig

Lana Strobel Le Giornate Svizzere della Schiena sono un'iniziativa di ChiroSuisse, l'Associazione svizzera di chiropratica. Una volta all'anno, i professionisti sanitari specializzati nell'apparato locomotore aprono le porte dei propri ambulatori e visitano gratuitamente la schiena di bambini e adolescenti.

Durante la visita, i giovani vengono sensibilizzati sull'importanza della salute della schiena. Questo approccio preventivo permette di riconoscere precocemente i problemi a carico della schiena. Quest'anno le Giornate Svizzere della Schiena si svolgeranno dal 4 al 9 novembre 2024.

Grazie, Michel Kressig, per essersi reso disponibile a raccontarci la sua esperienza con le Giornate Svizzere della Schiena. Da quanto tempo partecipa a questa campagna e cosa l'ha spinto a offrire il suo contributo?

Partecipo alle Giornate Svizzere della Schiena da circa 12 anni. Ho iniziato quando ancora ero studente, aiutando durante le visite negli ambulatori; successivamente, dopo aver concluso il mio percorso di studi, ho iniziato a lavorare come chiropratico.

Come si svolge una tipica visita offerta durante le Giornate Svizzere della Schiena?

Abbiamo ricevuto da ChiroSuisse un modulo di visita standard con un questionario e un test di screening per riconoscere



Lana Strobel è responsabile della comunicazione presso ChiroSuisse.



Dr. Michel Kressig,
Chiropraktikzentrum Sargans,
7320 Sargans, czs@hin.ch

eventuali problemi della schiena. Per prima cosa, i bambini vengono misurati e pesati. Successivamente compilano il questionario che viene in seguito valutato dai chiropratici. I bambini vengono quindi sottoposti ai test di screening e, alla fine, viene formulato un parere sulla necessità o meno di un trattamento o ulteriori controlli.

L'anno scorso, nell'ambito delle Giornate Svizzere della Schiena, il Chiropraktikumzentrum Sargans ha visitato 55 bambini. Cosa può dirci riguardo agli esiti delle visite, quali sono i problemi alla schiena più comunemente riscontrati nei bambini e negli adolescenti?

In generale, negli ultimi anni sono stato piacevolmente sorpreso dal fatto che, spesso, durante le visite abbiamo incontrato bambini molto attivi e con una schiena sana. Questa è una cosa molto positiva. Tuttavia, ci sono anche bambini che presentano sin da piccoli problemi alla schiena e all'apparato locomotore. I sintomi più comuni sono dolori al collo, alla testa e alla zona lombare. Nel nostro ambulatorio riscontriamo molto spesso anche dolori ai piedi dovuti alla crescita.

In che modo questi problemi si differenziano da quelli riscontrabili negli adulti?

Fortunatamente, molti disturbi sono legati alla crescita e, se individuati precocemente, possono essere trattati con ottimi risultati e senza conseguenze a lungo termine. I disturbi in età infantile, pertanto, mostrano una minore tendenza alla cronicizzazione. Tuttavia, riconoscerli precocemente è importante per eliminarli definitivamente in tempi brevi.

Ci sono fasce d'età particolarmente esposte al rischio di sviluppare problemi alla schiena?

Sicuramente i bambini presentano il rischio maggiore a partire dall'età scolare, poiché iniziano a stare seduti a lungo e si trovano anche a vivere situazioni di stress sia a scuola, sia nella vita quotidiana. Tuttavia, anche gli scatti di crescita della colonna vertebrale durante la pubertà costituiscono un fattore di rischio per i dolori alla schiena.

Quali sono le cause più frequenti dei problemi alla schiena nei bambini e negli adolescenti?

Nella maggior parte dei casi si tratta di disturbi legati alla postura. A determinare una postura scorretta sono generalmente le lunghe ore durante le quali i bambini stanno seduti a scuola e l'eccessivo uso di cellulari, televisione o PC. Una seconda causa è spesso rappresentata da traumi o lesioni dovuti all'attività sportiva.

Quanto è importante il riconoscimento precoce dei problemi alla schiena e qual è il ruolo della chiropratica a questo riguardo?

La chiropratica è molto importante per riconoscere e risolvere i sovraccarichi della colonna vertebrale. Se non si interviene, i problemi possono persistere a lungo e il rischio di cronicizzazione aumenta.



Nel ambulatorio riscontriamo spesso anche dolori ai piedi dovuti alla crescita.

In che modo i bambini e gli adolescenti possono mantenere sana la propria schiena?

Consiglio di prestare attenzione a una postura corretta quando si è seduti e, ogni qualvolta possibile, di evitare la sedentarietà. In quest'ottica, è bene ridurre al minimo l'uso di PC, televisione e cellulare. Inoltre, anche lo sport e il movimento, se praticati con la giusta intensità, permettono di prevenire efficacemente i disturbi alla colonna vertebrale. Molto importante è sensibilizzare a questo riguardo anche i genitori.

Quali riscontri ricevete dai genitori dei bambini visitati?

I genitori sono sempre molto grati per la nostra valutazione, poiché spesso durante la crescita non è facile distinguere i normali disturbi legati allo sviluppo dalle patologie vere e proprie. In questo caso riusciamo molto spesso a fare chiarezza o ad avviare le misure di trattamento necessarie. Per i genitori, si tratta di un aiuto davvero prezioso.

Cosa consiglierebbe ai genitori che sono preoccupati per la salute della schiena dei propri figli, ma che non hanno ancora richiesto una visita chiropratica?

A questi genitori consiglio vivamente di partecipare alle prossime Giornate Svizzere della Schiena oppure, in caso di problemi urgenti, di richiedere direttamente una valutazione chiropratica.

Grazie infinitamente Michel Kressig per questo colloquio, molto interessante e ricco di informazioni, e le auguro ogni successo e soddisfazione nell'aiutare il maggior numero possibile di bambini e adolescenti a mantenersi in salute. ■



Fate visitare la schiena dei vostri figli

Iscrivete i vostri figli per un esame chiropratico gratuito in occasione delle Giornate Svizzere della Schiena 2024.

I chiropratici raccomandano di controllare regolarmente la mobilità della colonna vertebrale e la postura negli anni della crescita.

**Giornate
Svizzere della
Schiena
dal 4 al 9
novembre
2024**

www.giornatedellaschiena.ch

Balgrist
Universitätsklinik



**Universität
Zürich^{UZH}**

I vostri figli hanno una schiena sana ed una colonna vertebrale mobile? Chiarirlo in tempo può rivelarsi molto utile.

Iscrivete i vostri figli per un esame della schiena gratuito in occasione delle Giornate Svizzere della Schiena 2024, presso uno studio di chiropratica che abbia aderito all'iniziativa.

Tutti gli studi che aderiscono all'iniziativa sono elencati qui: www.giornatedellaschiena.ch



Le Giornate Svizzere della Schiena avranno luogo in tutta la Svizzera dal 4 al 9 novembre 2024.

Chiedete al vostro chiropratico in quale data si eseguiranno gli esami gratuiti della schiena presso il suo studio.

Le Giornate Svizzere della Schiena 2024 sono un'iniziativa di ChiroSuisse, l'Associazione Svizzera di Chiropratica. Una volta all'anno i chiropratici aprono i loro studi e **visitano gratuitamente la schiena di bambini e giovani**. La visita mira a sensibilizzare i più giovani sull'importanza della salute della loro schiena. Con la prevenzione è possibile scoprire precocemente eventuali problemi alla schiena.

Chiropratica

Lo studio in medicina chiropratica rende i chiropratici i primi interlocutori per le questioni riguardanti la colonna vertebrale. Il trattamento è in genere manuale, quindi viene effettuato con le mani. Le prestazioni chiropratiche sono coperte dall'assicurazione di base.

Condizioni di partecipazione: il giovane (6-18 anni) deve essere accompagnato da un rappresentante legale. Se il ragazzo/la ragazza è in grado di intendere può presentarsi da solo a partire dai 13 anni di età. Il chiropratico presenta il suo referto oralmente sul posto. La visita dura circa venti minuti. La partecipazione non comporta alcun obbligo supplementare per i presenti. È richiesto un appuntamento.



Universität
Zürich^{UZH}

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

285

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

Beat Uhlmann, Kappelenstrasse 43, 3250 Lyss, mutationen@pro-chiropraktik.ch

Inserzione / Pubblicità

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

Tipografia / Edizione / Distribuzione

Stämpfli Comunicazione, staempfli.com

Schiena&salute: ISSN 1661-4313

stampato in
svizzera