

Cefalea, cervicalgia e lombalgia: quando l'osteopatia è efficace

Pubblicato: Giovedì 12 Ottobre 2023



Numerosi studi ed evidenze scientifiche hanno dimostrato **l'efficacia dell'osteopatia nella cura di condizioni muscolo-scheletriche**: cefalea tensiva episodica e emicrania, disturbi muscolo-scheletrici (cervicalgia, dorsalgia, lombalgia, coxalgia, gonalgia, ecc), disturbi temporo-mandibolari.

L'osteopata è un sanitario che lavora su indicazione dei medici prescrittori, curanti o specialisti, gli unici titolati a fare diagnosi.

Ma come agisce e in quali situazioni è efficace? Ne parliamo con il **dottor Davide Crespi**, che ha ottenuto il Bachelor of Science with Honours (Bsc.Ost Hons.) alla Malta ICOM Educational e sta completando il Master of Science (Msc.Ost) in osteopatia pediatrica ed in osteopatia dello sport & delle arti performative.

Il dottor Crespi è nell'equipe del **Centro polispecialistico Malpensa Med** di Viale Valganna 190 a Varese.

«La **cervicalgia** e la **lombalgia** sono delle situazioni dolorose muscolo scheletriche che colpiscono **tra il 30% e il 50% popolazione almeno una volta nella vita**. Questi numeri sono destinati ad aumentare poiché sono dolori principalmente collegati all'attività lavorativa, a posizioni errate mantenute nel tempo, all'attività sportiva, allo stress ed alla fisiologica degenerazione delle strutture muscolo-scheletriche con l'avanzare dell'età?».

La lombalgia colpisce la zona della colonna vertebrale definita lombare mentre la cervicalgia e' una condizione nella quale il paziente ha dolore nel tratto cervicale del rachide, comunemente chiamato collo.

La sintomatologia dolorosa puo' essere data sia dal tessuto muscolare che da quello osteo-fibro-cartilagineo. Quest'ultimo comprende il disco intervertebrale con i rispettivi legamenti che completano l'articolazione intervertebrale insieme alla capsula articolare, causando dolore, rigidita?, impaccio nel movimento ed un conseguente abbassamento della qualita? della vita.

Come interviene il trattamento osteopatico?

Entrambe le condizioni sopra citate sono spesso studiate e trattate tramite il trattamento osteopatico con ottimi risultati. Tale medicina manuale ha una concezione d'insieme del corpo umano e di come le strutture lavorano singolarmente e tra di loro. In una seduta si andranno a studiare tutti i sistemi che interagiscono e potrebbero influenzare la sintomatologia: attraverso un'anamnesi, successivamente tramite test ortopedici ed in seguito con un esame obbiettivo posturale.

Altre situazioni frequenti che vede l'osteopata?

Un'altra condizione comune che spesso colpisce una buona percentuale della popolazione e' la cefalea, comunemente nota come mal di testa. Viene definito cefalea un dolore a livello del cranio, della faccia e nella parte alta del collo. Nelle numerose tipologie di mal di testa presenti all'interno della classificazione internazionale delle cefalee, vi rientrano alcune tipologie dove l'osteopatia puo' risultare efficace e concreta: per esempio quella di natura muscolare definita miotensiva o quella derivante da una problematica a livello del tratto vertebrale cervicale definita cervicogenica. Il trattamento osteopatico puo' risultare efficace nel ridurre sia la sintomatologia sia la frequenza degli attacchi andando ad effettuare delle tecniche articolari e muscolari a livello della causa scatenante il dolore, emersa durante l'esame obbiettivo.

Quanto puo' durare il trattamento osteopatico?

Occorre sottolineare che ogni paziente e' diverso, merita uno studio approfondito della propria condizione e necessita di un numero di trattamenti in base alle proprie esigenze.

In questi tre esempi l'approccio osteopatico mira, tramite un trattamento manuale e di insieme, a un miglioramento della qualita? della vita andando a ridurre la sintomatologia e permettere al paziente di tornare ad effettuare le proprie attivita? quotidiane senza che il dolore le limiti o addirittura le renda impossibili.

In ultimo, ma non per importanza, sono stati condotti numerosi studi su quanto il trattamento osteopatico possa risultare un'ottima arma nel campo della prevenzione: andando ad effettuare dei trattamenti gestiti su periodi di tempo a lungo termine, e' possibile ridurre il rischio d'incidenza di condizioni legate, per esempio, al sistema muscolo scheletrico.

Per approfondimenti e appuntamenti [clicca qui](#)

Redazione VareseNews
redazione@varesenews.it

