

Riccardo Contigliani e Marcello Luca Marasco

MANUALE DI OSTEOPATIA Principi e trattamenti per le malattie più comuni (libro con DVD) MACROEDIZIONI, Cesena settembre 2009

Gli osteopati e l'osteopatia: per taluni autentici *guru* della salute, santoni, per altri "miracolatori" delle sofferenze altrui; per i detrattori l'ennesimo punto di quell'elenco che comprende anche i carnevaleschi maghi e gli improbabili lettori di tarocchi e carte. Davanti a tale forbice di interpretazioni è nata la motivazione a far conoscere una professione frutto di (almeno) una decina di anni di studi di livello universitario.

Gli autori sono due osteopati che, *in primis*, amano l'osteopatia, che la applicano nel loro lavoro quotidiano, che la insegnano ai futuri professionisti di questa medicina caratterizzata dall'entusiasmo e dall'amore per il proprio lavoro dei suoi cultori con lo stesso spirito che animava il *Vecchio Dottore*, Andrew Taylor Still, padre di questa arte medica.

Il testo traccia la storia dell'osteopatia, ne mostra i pignoli presupposti scientifici, indica le relazioni dell'osteopata con le altre branche mediche tra le quali l'ortodonzia, l'oculistica, la ginecologia e la pediatria, l'omeopatia. Rivela i principi di trattamento che caratterizzano l'approccio a persone sofferenti di lombalgie, sciatiche, cervicalgie, disturbi della digestione, cefalee, distorsioni, esiti di traumi e incidenti, scoliosi e tante altre patologie.

Un testo snello, sempre vivo, ricco di approfondimenti e che risulta interessante agli stessi osteopati ma anche a chi voglia capire quando, come e a quale osteopata rivolgersi, così come al medico che cerchi nel professionista dell'osteopatia il prezioso alleato piuttosto che il potenziale nemico.

INDICE

- INTRODUZIONE
- PREFAZIONE DEL DOTT. MARCO FORTE
- LA VITA È MOVIMENTO
- BOX: “VESALIO, IL PADRE DELL’ANATOMIA MODERNA”
- IL MOTO PER L’OSTEOPATIA
- IL SIGNIFICATO DI RELAZIONE TRA FUNZIONE, STRUTTURA E MORFOLOGIA
- ANDREW TAYLOR STILL, IL PADRE DELL’OSTEOPATIA
- LA STORIA DELL’ OSTEOPATIA
- OSTEOPATIA OGGI
- RICONOSCIMENTO NEGLI STATI UNITI D’AMERICA
- RICONOSCIMENTO IN EUROPA.
- GUARDIAMO IN FACCIA LA STORIA
- I PRINCIPI DELL’ OSTEOPATIA
- LA DISFUNZIONE: CONFINE TRA FISIOLOGIA E PATOLOGIA
- BOX: LE DISFUNZIONI VERTEBRALI
- LE FORZE AUTOGUARITRICI DEL CORPO
- L’IMPULSO CRANICO O MOVIMENTO DI RESPIRAZIONE PRIMARIA.
- BOX: LA CINETICA DEL MOVIMENTO DI RESPIRAZIONE PRIMARIA, LE SUE DISFUNZIONI, LE DISFUNZIONI CHE STRUTTURANO IL CRANIO
- BOX: LA NEVROGLIA: MOTORE DEL MOVIMENTO DI RESPIRAZIONE PRIMARIA?
- BOX: LE MENINGI: MEMBRANE A TENSIONE RECIPROCA
- BOX: ALTRE IPOTESI SULLA GENERAZIONE DELL’IMPULSO CRANICO
- BOX: ANALISI SPECIFICA DEI CINQUE FENOMENI LEGATI AL M.R.P.
- IL CRANIO
- IL MODO DI AMMALARSI
- L’UOMO COME INSIEME INSEPARABILE
- CONOSCERE LE PARTI PER CURARE L’INSIEME
- L’ORIGINE DELLE CAUSE: IL MOMENTO DELLA NASCITA.
- LA COLONNA VERTEBRALE E LE SUE RELAZIONI MECCANICHE, NEUROLOGICHE E PSICOLOGICHE
- BOX: L’UOMO, ESSERE EVOLUTO MA ANCHE MAMMIFERO E RETTILE: LA TRIADE CEREBRALE
- BOX: LA MECCANICA VERTEBRALE DI JOHN MARTIN LITTLEJOHN.
- DISFUNZIONI DELLA SSB
- ESSERE SANI VUOL DIRE ESSERE EQUILIBRATI
- METODICHE DI TRATTAMENTO
- OSTEOPATIA STRUTTURALE
- OSTEOPATIA VISCERALE
- OSTEOPATIA CRANIALE
- OSTEOPATIA FASCIALE
- DALL’OSTEOPATA IN BUONE MANI (COSA SUCCEDA IN UNA SEDUTA OSTEOPATICA)
- PRIMA VISITA DA UN OSTEOPATA
- L’ ANAMNESI
- L’ESAME VISIVO
- TEST OSTEOPATICI E PALPAZIONE

- QUANTO DURA UN PIANO DI TRATTAMENTO
- COME TROVARE UN BRAVO OSTEOPATA
- QUANDO L'OSTEOPATIA SERVE
- APPLICAZIONI IN ALCUNE PATOLOGIE
- SCOLIOSI
- IL TRATTAMENTO OSTEOPATICO NELLE SCOLIOSI
- LOMBALGIA E SCIATICA
- ERNIA LOMBARE
- PERIARTRITE SCAPOLO OMERALE
- COLPO DI FRUSTA
- BOX: CONSEGUENZE MECCANICHE DEL COLPO DI FRUSTA DAL PUNTO DI VISTA OSTEOPATICO
- CEFALEA:
- TIPI DI CEFALIE CHE POSSONO AVERE CAUSE OSTEOPATICHE:
- CEFALEA DI TIPO VASCOLARE
- CEFALEA DI TIPO MIOTENSIVO
- CEFALEA POST TRAUMATICA
- CEFALEA DI TIPO VISCERALE:
- CEFALIE CON COMPONENTE DA STRESS
- CEFALEA DA IRRITAZIONE SENI PARANASALI :
- CEFALEA PER PROBLEMI DI CONVERGENZA OCULARE:
- CEFALIE DA PROBLEMI OCCLUSALI:
- EMICRANIA SU BASE TRIGEMINALE:
- TRATTAMENTO OSTEOPATICO NELLE CEFALIE
- CICATRICI
- COLON IRRITABILE E COLITE SPASTICA
- PROBLEMI DIGESTIVI ED INTESTINALI
- LE OTITI
- OTITE MEDIA
- PROBLEMI LEGATI AL CICLO MESTRUALE
- LA GRAVIDANZA
- IL PARTO
- L'OSTEOPATIA SULL'IPERTENSIONE ESSENZIALE: IPOTESI PATOGENETICA
- L'OSTEOPATIA NELLE PROBLEMATICHE DEGLI APPOGGI AL SUOLO DEGLI ARTI INFERIORI (GINOCCHIA VARE O VALGHE E PIEDI PIATTI O CAVI)
- INFARTO, ICTUS E ALTRI PATOLOGIE LEGATE AL SISTEMA CARDIOCIRCOLATORIO
- OSTEOPATIA COME TERAPIA COMPLEMENTARE
- L'OSTEOPATA: UN GRANDE ALLEATO DELL'ORTODONTISTA
- L'OSTEOPATA: UN GRANDE ALLEATO DELL'OMEOPATA.
- UN'ALTRA GRANDE ALLEANZA CON L'OSTEOPATIA: L'OCULISTICA.
- OSTEOPATIA DALLA A ALLA Z
- BIBLIOGRAFIA
- INDIRIZZI UTILI

GLI AUTORI

Riccardo Contigliani. Nato a Pontremoli (MassaCarrara) il 25 Agosto 1969, dove vive attualmente con moglie ed una bambina. Diplomato in terapista della riabilitazione presso l'Università degli Studi di Milano nel 1993, ha frequentato la scuola di osteopatia dell'Istituto Italiano di Osteopatia di Milano con durata di sei anni, conseguendo il diploma di osteopata nel 2003. Nel 2004 diventa dottore in fisioterapia presso l'Università degli Studi di Siena. Lavora come libero professionista presso il Centro Fisiokinesiterapico Aullese ad Aulla (MassaCarrara), dove collabora con fisioterapisti, medici ortopedici, pediatri, omeopati e bionutrizionisti. E' docente per le tecniche Mitchell ed è assistente di osteopatia viscerale alla Scuola di Osteopatia Chinesis presso l'Università La Sapienza di Roma. Fa parte dello staff sanitario della squadra di pallavolo Call & Call. Consulente di squadre di calcio a livello professionistico, relatore in congressi di ortopedia ed organizzatore di corsi di aggiornamento per fisioterapisti ed osteopati.
Per contatti Rickycont@libero.it oppure Riccardo.Contigliani@roi.it .

Marcello Luca Marasco. Nato a Monza il 7 febbraio del '66. Due figli, vive a Raiano (AQ) da quindici anni. Osteopata ma anche insegnante di educazione fisica, fisioterapista, prossimo agli esami per diventare Counselor Relazionale. Lavora come libero professionista a Raiano (comune della splendida Conca Peligna che ospita anche Sulmona), a Pescara e a Mentana (nelle immediate vicinanze di Roma). Insegna osteopatia strutturale e biomeccanica alla Scuola di Osteopatia Chinesis presso l'Università La Sapienza di Roma dove inoltre ricopre l'incarico di Coordinatore Didattico. Docente e relatore in molteplici corsi, master e convegni, anche internazionali. Fa parte dello staff sanitario della Premiata Basket Montegranaro. Fondatore nel 2000 e attuale presidente dell'A.B.E., onlus che si occupa in modo particolare di studi e ricerche sul rachide.
Per contatti, approfondimenti: marascomarcello@tiscali.it e www.marcellomarasco.com o ancora www.abeuropa.it



DEDICHE:

A mia moglie Lisa e mia figlia Eleonora che riempiono la mia vita di gioia, alla mia famiglia, ai miei colleghi e collaboratori, e a Paolo, collega ed amico speciale che dal cielo mi segue ogni giorno...

Riccardo Contigliani

Ai miei figli Sasha e Melissa, autentica "benzina" della mia vita negli ultimi tre anni, allo splendido sorriso e allo sguardo magico di Paola, alla mia famiglia e a tutte le persone con cui condivido emozioni...

Marcello Luca Marasco

RINGRAZIAMENTI

La decisione di avviare la stesura di un testo che tratti di tematiche scientifiche è sempre caratterizzata da quel pizzico di lucida follia ed incoscienza nel non rendersi conto di quanto ti aspetta. Su questo impervio percorso affiorano, inaspettate e benedette, delle mani tese che ti incoraggiano e ti sorreggono lungo il tragitto.

Il primo ringraziamento va quindi a noi stessi: scrivere un libro a due penne non è opera semplice, ognuno dei due autori deve cercare di indossare lo stile dell'altro, d'altro canto tuttavia assomiglia alla fuga di due ciclisti che si danno i cambi nel tirare per poter giungere al traguardo. E' carico di aspetti umani questo aiuto reciproco.

Un secondo doveroso ringraziamento è per Paola e Lisa, più che a loro alla rispettiva pazienza e sopportazione dei nostri necessari tempi di consulto reciproco.

Ai nostri bimbi Sasha, Melissa e la piccola Eleonora non va un grazie ma un forte abbraccio per le motivazioni, le gioie e la forza che i loro sguardi ci infondono giorno dopo giorno nel procedere nel viaggio che è la vita, e in questa hanno posto anche queste pagine.

Un grazie al Dott. Marco Forte per aver scritto una prefazione che arricchisce di prestigio queste pagine, alla sua sensibilità e umanità che ci hanno mostrato essere sulla rotta giusta e motivato a proseguire dritti alla meta.

Un secondo grazie a Piera Giancola per la sua capacità di trasferire in immagini semplici ma efficaci ora i nostri pensieri, ora dei prospetti anatomici.

Un terzo grazie a Filippo Mechelli, futuro ma già bravo osteopata che ha mostrato delle doti da regista davvero inaspettate nella realizzazione del video.

E' doveroso inoltre citare il medico osteopata Stefano Mangiavillano per la collaborazione e la Signora Maria Luisa Ferrari, per il prezioso contributo alla stesura di questo libro; inoltre un ringraziamento a tutti coloro che si sono prestatati per la parte video e fotografica.

Infine l'ultimo grazie, ma solo in ordine di elenco, va a Valerio Pignatta, alla sua intuizione che ora, evidentemente trasformata in realtà, state reggendo tra le vostre mani; per la certosina revisione del testo scritto, opera non semplice viste le nostre contorsioni letterarie, frasi che talvolta hanno assunto le sembianze di autentici serpenti. Siamo certi di saper usare più che bene le nostre mani, soprattutto se contattano un essere umano, sicuramente meno funzionale è l'utilizzo delle stesse quando dotate di una penna o a dover utilizzare la tastiera di un computer.

Riccardo Contigliani, Marcello Luca Marasco

PREFAZIONE DEL DOTT. MARCO FORTE

Ho conosciuto gli autori di questo testo durante le lezioni congiuntamente tenute presso l'Università La Sapienza di Roma, per il master di perfezionamento in Osteopatia.

A parte l'immediata simpatia, la cordialità e la giovialità instauratasi tra noi, sono rimasto piacevolmente colpito dall'entusiasmo con cui insegnavano la materia, dalla curiosità che li animava nello studio e, soprattutto, dall'umiltà da osservatori dei fenomeni che animano e caratterizzano la vita.

Con immenso piacere e orgoglio presento ora la loro opera.

Parlare dell'osteopatia è molto facile ed anche estremamente difficile.

Negli ultimi decenni, dopo l'ipertrofica espansione della medicina meccanicistica e strumentale, dopo la frammentazione della visione del corpo e l'affermazione della superspecialità, l'attenzione del pensiero scientifico sta ritornando alla visione dell'insieme, alla considerazione dell'uomo come unità. Non è un fenomeno isolato. L'uomo sta cercando in se stesso il significato della propria vita, lo scopo del proprio esistere. Finito il tempo dei grandi ideali politici, superato il condizionamento dei dogmi religiosi, esaurito il tentativo di massificazione socioculturale, l'uomo sta tornando alla ricerca dell'essenza, alla fusione con lo "spirito universale" che sempre ha caratterizzato il pensiero della cultura orientale.

Non deve sembrare strano, l'osteopatia fa parte di questo processo, di questo momento storico.

Anche se ideata più di cento anni fa, solo ora viene capita, accettata, studiata, perfezionata e divulgata. Solo ora viene scoperta. Perché l'osteopatia guarda dentro all'uomo. Non è solo una tecnica, è una filosofia, un modo di pensare, un modo di interpretare l'intima correlazione di ogni singola parte del corpo con tutte le altre, è un modo di concertare la filosofia della vita.

Appartiene all'uomo, gli spetta di diritto. E come tale va fatta conoscere, non solo agli operatori sanitari, di qualunque provenienza professionale siano, ma anche e soprattutto, all'uomo, quello che vive, quello che si ammala, quello che soffre e vuole capire, capire se stesso, la vita, la malattia e il suo perché e partecipare al processo di guarigione. E' la fusione corpo-mente.

Mi occupo di medicina manuale e di osteopatia da più di 35 anni, ho vissuto e seguito il processo di crescita, di maturazione, di formazione dell'attuale pensiero.

L'osteopatia è oggi ancora troppo vittima del fenomeno novità, quindi della moda e, di seguito, dello sfruttamento commerciale.

Sono stati scritti tanti libri sulla materia, spesso ripetizione uno dell'altro, spesso affrettati e superficiali. Il libro che sto presentando è diverso, è unico. L'ho letto tutto, dalla prima pagina all'ultima riga, pensando ad ogni capitolo "è così che si scrive un libro".

E' difficile parlare dell'osteopatia, è difficile spiegare qualcosa di cui nessuno, o perlomeno pochi, hanno coscienza, è coraggioso fare affermazioni che il mondo accademico non accetta perché "scientificamente" non ancora dimostrato.

Gli Autori, con grande capacità, obbiettività e, ripeto, umiltà si sono cimentati in questo campo minato, hanno provato a raccontare l'osteopatia come uno storico racconta le campagne belliche di Giulio Cesare o come la nonna la favola di cappuccetto rosso.

E ci sono riusciti perfettamente!

Nasce un testo completo, aggiornato, obbiettivo che conduce il lettore, piano piano, senza fare rumore, ad incuriosirsi, ad approfondire la materia, a comprendere la storia e la filosofia dell'osteopatia, a guardare dentro il proprio corpo.

E' un testo che supera l'intenzione di informare il pubblico, raggiunge infatti anche la difesa del paziente da operatori improvvisati e avrà un eco nella comunità medico-scientifica.

Albert Einstein diceva che la verità viene prima derisa, poi contrastata ed infine accettata come verità unica. Ecco, l'obbiettivo che raggiungerà il testo degli Autori è contribuire alla comprensione di una verità, la verità che è dentro di noi, la verità della vita. Si riscriverà l'anatomia, la fisiologia ed anche l'interpretazione della patologia, si affermeranno nuove terapie. Gli Autori di questo

romanzo di avventura saranno di nuovo in prima linea con le loro mani, la loro penna e la loro umanità. Grazie, amici! Buon proseguimento della Vostra missione!

MARCO FORTE

Presidente Onorario e Responsabile scientifico della
Associazione Italiana Medicina Manuale, A.I.M.M.