

TERAPIE NON CONVENZIONALI PER IL MALATO GRAVE

Andrea Geraci

Dipartimento del Farmaco, Istituto Superiore di Sanità, Roma

Introduzione

Fare una breve esposizione delle cosiddette Terapie non Convenzionali (TnC) non è facile. Quello che segue è una riflessione su quelle che sono le pratiche, le terapie più utilizzate in Italia e su come alcune di esse possano integrarsi con le cure palliative. Mi scuso in anticipo per l'incompletezza che si può riscontrare nella trattazione delle numerose branche, ma ho voluto soffermarmi solo su alcuni aspetti che, secondo me, sono peculiari.

Un punto in comune tra le terapie palliative e le TnC è la visione olistica che si ha del paziente, il quale ha il diritto di ricevere cure da un punto di vista sia clinico, ma anche psichico e spirituale. Questa esigenza è sentita particolarmente dai pazienti e dalle associazioni dei pazienti e vi è una crescente sensibilità tra gli stessi operatori sanitari e da parte delle Istituzioni. La persona umana è quindi posta al centro dell'interesse di chi assiste e non è solo un caso clinico o peggio un numero.

Già nel 2005, noi del Dipartimento del Farmaco avevamo organizzato il convegno "Trattamenti non convenzionali per i malati di cancro" e pubblicato il libretto informativo *Tumori: i trattamenti non convenzionali. Dubbi e risposte possibili*, in collaborazione con l'Associazione Italiana Malati di Cancro, parenti e amici (AIMaC), il *National Cancer Institute* (NCI) e il *National Center for Complementary and Alternative Medicine* (NCCAM) statunitensi (1). L'evento di oggi si inserisce nell'ambito di quelle iniziative che cercano di diffondere la cultura della solidarietà e dell'assistenza (2).

Aspetti generali delle terapie non convenzionali

Le TnC si possono definire come una serie di pratiche e interventi terapeutici che si discostano, per varie caratteristiche, dalla medicina su base scientifica tipica della cultura occidentale attualmente presente in Europa, negli Stati Uniti e nella maggior parte dei Paesi di lingua anglosassone. Esistono molti sinonimi come terapie integrate, complementari, alternative, naturali ecc. L'ideale sarebbe considerare una medicina unica che curi secondo le più vaste conoscenze. In questo senso la medicina occidentale potrebbe assorbire ciò che di meglio offrono le diverse specialità provenienti da esperienze e culture diverse, anche millenarie, nell'ottica di un'integrazione basata su parametri di scientificità, a garanzia della salute del paziente.

L'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) ha pubblicato nel 2004 delle linee guida (3) sulle *Traditional Medicine/ Complementary and Alternative Medicine* (TM/CAM). In questo documento si auspica che i singoli Governi offrano ai consumatori informazioni sull'efficacia, la sicurezza e le controindicazioni dei prodotti, facciano conoscere i canali utilizzabili per riportare gli eventi avversi, favoriscano la comunicazione chiara indirizzata ai consumatori. Si raccomanda che gli operatori siano qualificati e registrati ed è incoraggiata l'interazione tra gli operatori tradizionali e i non convenzionali.

Un'altra autorevole organizzazione è il *National Center for Complementary and Alternative Medicine* (NCCAM) statunitense, dove le ricerche nei vari ambiti delle TnC sono favorite e finanziate sia all'interno che all'esterno della struttura: se andiamo a verificare sul sito Internet relativo (nccam.nih.gov), vedremo che le linee di ricerca vanno dagli studi sull'attività di numerosi prodotti di origine vegetale, all'agopuntura, alla chiropratica, lo yoga, il massaggio fino all'influenza della luce blu (cromoterapia) sulla salute umana.

C'è quindi oggi nel mondo occidentale una generale tendenza all'approfondimento delle diverse TnC, possibilmente attraverso una rigorosa ricerca basata sulla *Evidence-Based Medicine*. Questo andamento è sicuramente influenzato dalla globalizzazione, dal fatto che stiamo diventando una società multietnica con terapie, religioni ed usanze diverse, per cui se vogliamo convivere bene, è necessario avere la conoscenza di quei concetti, di quelle tradizioni che possono in un primo momento sembrare molto distanti dal nostro modo di pensare.

Quando si considerano le TnC, non bisogna farlo con leggerezza, poiché esistono molte problematiche e perfino dei rischi per la salute. È bene ricordarsi che, ad esempio “non sempre ciò che è naturale è innocuo” e anche un massaggio ha le sue controindicazioni. Alcuni consigli utili: acquistare i prodotti fitoterapici in farmacia o in erboristerie qualificate, con confezioni tali da poter risalire alla casa produttrice; informare sempre il proprio medico dell'uso contemporaneo di prodotti naturali, specie se si assumono farmaci convenzionali; assicurarsi che chi ci cura sia iscritto al proprio Albo Professionale, a causa del frequente abusivismo di personaggi che si improvvisano terapeuti. Nel caso si tratti di un medico, questi deve risultare iscritto all'Ordine e ciò può essere verificato consultando il sito della Federazione Nazionale degli Ordini dei Medici Chirurghi e degli Odontoiatri, FNOMCeO (www.fnomceo.it). Nel 1998 è stato istituito presso l'Ordine dei Medici di Roma, il Registro per i medici accreditati che praticano omeopatia, agopuntura o fitomedicina. Sarebbe auspicabile un'estensione a tutta Italia di questa iniziativa, a garanzia della salute dei pazienti.

In Italia, nonostante le numerose proposte di leggi o di decreti, manca una legislazione chiara e definitiva che regolamenti il tanto variegato panorama delle TnC. In attesa di questa, nel 2002 c'è stata una prima presa di posizione da parte della FNOMCeO che, in un documento ufficiale approvato dal Consiglio Nazionale, suggerisce delle linee guida per l'esercizio delle medicine e delle pratiche non convenzionali “nell'interesse della salute dei cittadini”, per garantire la sicurezza e l'uso appropriato delle prestazioni, e viene fornito un elenco di specialità da considerare “atti medici”:

- agopuntura;
- fitoterapia;
- medicina ayurvedica;
- medicina antroposofica;
- medicina omeopatica;
- medicina tradizionale cinese;
- omotossicologia;
- osteopatia;
- chiropratica.

Classificazione delle TnC

La classificazione delle TnC più comunemente usata è quella proposta dal NCCAM. Anch'io seguirò tale schema ma lo adatterò alla realtà italiana, parlando anche di alcune discipline praticate in Italia o in Europa, ma che non sono molto diffuse negli USA:

- sistemi medici strutturati;
- terapie biologiche;
- manipolazioni fisiche e ginnastiche;
- medicina energetica;
- interventi sulla connessione mente-corpo.

Sistemi medici strutturati

Sono quei sistemi medici, spesso riconducibili alla tradizione di un popolo, che si basano su teorie e pratiche a volte distanti da quelle della moderna medicina scientifica. Possiamo distinguere due tipologie (di origine orientale e occidentale) come illustrato in Figura 1.

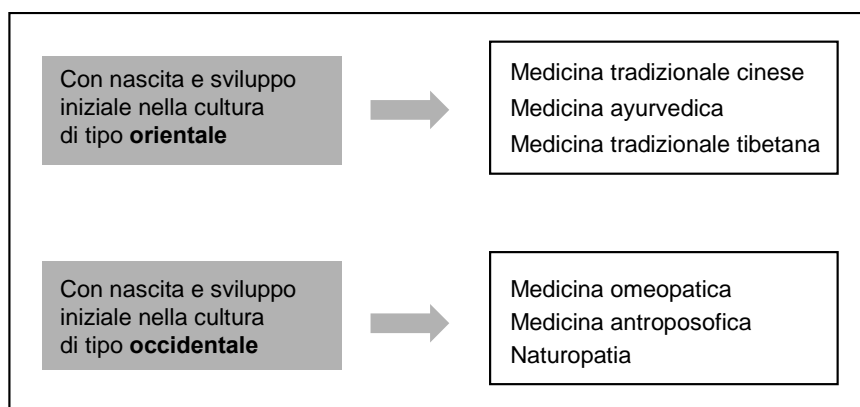


Figura 1. Tipologia dei sistemi medici strutturati

Medicina tradizionale cinese

Ha una tradizione millenaria, i concetti di yin/yang racchiudono i concetti di polarità, di alternanza che sono alla base dei processi vitali. Leggendo il famoso libro di F. Capra, *Il Tao della fisica* (4), si scopre che alcune conclusioni a cui giungono i fisici moderni erano già state ipotizzate millenni fa, proprio dagli antichi cinesi e indù. La malattia è vista come un “quadro di disarmonia” e il compito della terapia è quello di riportare il paziente al preesistente equilibrio. C’è poi la complessa teoria dei meridiani all’interno dei quali fluirebbe l’energia vitale, il *Qi*. Gli elementi della terapia sono la fitoterapia, l’agopuntura, la moxibustione, la dieta, la ginnastica medica (*tai chi*), i massaggi (*tui na*). Già nel 2002 l’OMS ha pubblicato un elenco di malattie, sintomi o condizioni per le quali l’agopuntura si è dimostrata efficace: nel caso di reazioni alla radio e chemioterapia come nausea e vomito, in molti casi di dolore, alcuni casi di ipertensione arteriosa, epigastralgia e depressione. Nel campo oncologico la Medicina Tradizionale Cinese (MTC) è utilizzata in caso di dolore, edema, dispnea, mobilità e riabilitazione, leucocitopenia, nausea, xerostomia post radioterapia (5).

Medicina ayurvedica

È l'arte della guarigione attraverso un approccio fisico, psicologico e spirituale. È presente un vivo rapporto tra microcosmo (uomo) e macrocosmo (Dio) attraverso le indicazioni della religione vedica che auspica un rapporto armonioso tra l'uomo e il resto del creato. Fondamentali sono i concetti di *reincarnazione*, *karma* e *malattia*, che potrebbero diventare spunti di riflessione per l'occidente: negli stessi Vangeli canonici sono presenti riferimenti simili che sottolineano l'importanza e il misterioso significato di malattia ai fini della personale evoluzione. Altro concetto è quello della *purificazione* della mente attraverso uno stile di vita semplice e naturale e un atteggiamento che porta a coltivare solo pensieri nobili, la pazienza, il perdono: strumento utile a tal proposito è lo *yoga*. C'è poi la purificazione del corpo, che viene favorita da una *dieta* leggera, di tipo vegetariano, dai *massaggi*, *sudorazioni*, *clisteri*, inalazione di sostanze balsamiche, utilizzo dell'aromaterapia. I rimedi sono a base soprattutto di prodotti vegetali (*fitoterapia*) ma alcuni casi anche di origine animale e minerale. Purtroppo non sono infrequenti casi di intossicazioni da metalli pesanti in persone che hanno utilizzato preparazioni, spesso provenienti da fonti dubbie, che sicuramente non hanno subito controlli di tipo qualitativo e soprattutto quantitativo. Negli ultimi anni, comunque, alcuni interessanti prodotti vegetali della tradizione ayurvedica sono oggetto di numerose ricerche, anche in campo oncologico, da parte della scienza occidentale (6-9).

Medicina tradizionale tibetana

Questo sistema medico originario della regione del Tibet è stato sicuramente influenzato dalle antiche tradizioni che arrivavano dalla Cina e dall'India. I trattamenti farmacologici sono molto simili a quelli della MTC e vengono integrati da consigli dietetici e da suggerimenti di tipo morale e comportamentale che la religione buddista, radicata profondamente nella vita di ogni giorno del popolo tibetano, impartisce. Anche nel caso della medicina tradizionale tibetana vi è una diffusione un po' in tutto il mondo, al di fuori dei confini del Tibet, a causa della crescente popolarità della religione buddista presso l'occidente.

Medicina omeopatica

Il fondatore dell'omeopatia è universalmente considerato Samuel Christian Hahnemann (1755-1843) che elaborò la teoria dei simili secondo cui il simile cura il simile, in antitesi alla cosiddetta medicina allopatrica o dei contrari.

I due principali concetti dell'omeopatia possono essere considerati:

1. *La legge di similitudine*

Secondo essa una sostanza che a dosi ponderali intossicherebbe un soggetto sano provocando un quadro patologico con certi segni e sintomi, può, se presa a dosi diluite, guarire quegli stessi sintomi in un soggetto malato.

2. *L'uso di sostanze diluite e dinamizzate*

La progressiva diluizione con l'agitazione del rimedio, che può essere di origine vegetale, minerale o animale, porta alla "smaterializzazione" della sostanza. Questo punto può rappresentare la chiave per comprendere l'attività delle diluizioni estreme che veicolerebbero "quanti di energia" con azione sul "sistema complesso umano". Quest'ultima è un'ipotesi che necessita di approfondimenti basati sui concetti della medicina energetica (vedi avanti). La terapia omeopatica in genere è individualizzata: il

medico va alla ricerca del rimedio più simile al bisogno di quel determinato paziente che presenta un determinato quadro clinico. La reazione positiva del paziente dipende poi dalla sua vitalità e dall'abilità del medico nell'individuare i rimedi più adatti. Bisogna fare attenzione al cosiddetto aggravamento omeopatico, spesso auspicabile, da distinguere da un aggravamento generale del paziente.

Esistono varie scuole (10):

- *Omeopatia unicista*
Un solo farmaco per volta con ripetizione della dose o sostituzione del farmaco solo quando la sua azione appare incompleta o ultimata.
- *Omeopatia pluralista*
Vengono usati più medicinali, nella stessa occasione, ad esempio uno la mattina e l'altro la sera oppure due farmaci alternati in giorni diversi.
- *Omeopatia complessista*
Si usano composizioni fisse di farmaci per singola patologia.
- *Omotossicologia*
H.H. Reckeweg,(1905-1985) introdusse il concetto di “omotossina” cioè una qualsiasi molecola endogena o esogena capace di provocare un danno biologico. L'organismo umano si oppone alle tossine attraverso il “Sistema della grande difesa”. Le malattie vengono inquadrare in sei fasi: escrezione, infiammazione, deposito, impregnazione, degenerazione, neoplastica (11).
- *Medicina omeosinergetica*
Applicazione in chiave olistica, della medicina omeopatica che attinge dalla tradizione ayurvedica, dall'agopuntura, dalla medicina bio-energetica.

Un accenno all'utilizzo di rimedi omeopatici come integrazione alla chemio o radioterapia: l'uso di *Arnica Montana* in caso di traumi venosi da perfusioni prolungate (12, 13) (durante la chemioterapia) o l'uso di omeopatici semplici e composti (*Arnica*, *Thuja*, *Echinacea*, *Radium bromatum*, *Graphytes*, *Nitricum acidum*, *Causticum*, *Anthracinum*) in caso di radiodermiti acute, croniche e osteoradionecrosi da radioterapia (14).

Medicina antroposofica

Di questa medicina si parlerà più estesamente in seguito. Volevo sottolineare solo due concetti apparentemente distanti tra loro, cioè l'approccio spirituale e quello medico, che Rudolf Steiner, fondatore dell'antroposofia, ha spesso messo in stretta relazione tra loro.

Egli ha dato un notevole contributo per un approfondimento delle conoscenze delle tradizioni indù e buddiste orientali e ha favorito un confronto con il mondo occidentale cristiano. Dalle sue numerose conferenze sulla cristologia, si comprende poi come l'evento del Golgota deve essere considerato il momento cruciale per l'evoluzione dell'umanità.

In campo medico la medicina antroposofica si avvale di diversi approcci terapeutici: *fitoterapia*, *rimedi omeopatici*, uso di *metalli “vegetabilizzati”* (assorbiti da piante), *bagni* in dispersione oleosa con oli essenziali e *massaggio ritmico*, *euritmia curativa*, *terapia artistica* (musica, pittura, scultura, modellaggio, arte della parola).

Naturopatia

Questo termine fu coniato dal tedesco Benedict Lust (1872-1945). Egli fece suo il concetto ippocratico della *vis medicatrix naturae*, cioè della capacità da parte dell'uomo di guarire spontaneamente o di non contrarre malattie, attraverso un corretto stile di vita e l'utilizzo di rimedi che la natura stessa offre. Lo stato di salute può essere favorito dall'eliminazione dell'alcool, dei cibi ipercalorici, di grandi quantità di carne, del fumo di tabacco. È consigliato il movimento all'aperto in zone non inquinate, l'idroterapia, l'elioterapia (luce del sole), evitare gli abusi o le aberrazioni sessuali, seguire uno stile di vita ad elevata impronta morale. Le terapie omeopatiche, chiropratiche, osteopatiche, l'utilizzo dei fiori di Bach sono tra le principali cure consigliate.

Da tutto questo si può dedurre come la naturopatia sia una disciplina che ha a che fare molto con la medicina preventiva. Ovviamente in caso di malattie gravi, il contributo è limitato probabilmente all'aspetto del "prendersi cura", fatto che è sempre utile al malato. In Italia il naturopata non è necessariamente un medico: questo pone dei quesiti, delle problematiche in caso di patologie complicate e serie

Terapie biologiche

Sono le terapie a base di sostanze di origine vegetale, animale, minerale (naturali o di sintesi). Sono le più diffuse, se si considera che queste sostanze sono alla base di sistemi terapeutici come la MTC, la medicina ayurvedica, la medicina omeopatica e di tutte le medicine etniche presenti nei cinque continenti:

– Fitoterapia

È sostanzialmente l'utilizzo del fitocomplesso o del principio attivo vegetale ottenuto da foglie, radici, fiori, gemme e corteccia. Molte sono le problematiche connesse all'uso di prodotti di origine vegetale. Sarebbe necessario, ad esempio, uniformare le Farmacopee in Europa, Cina, India, Sud America ecc., studiare le migliaia di specie botaniche utilizzate da tradizioni millenarie, identificare e standardizzare i prodotti, specie quelli provenienti dal mercato sommerso.

Un aspetto importante è quello dei controlli di qualità: i prodotti vegetali, infatti, sono facilmente contaminabili e deteriorabili all'origine (per inquinamento da specie animali, da pesticidi, da metalli pesanti, da radioattivo, o a causa del trasporto come durante la lavorazione). Da ricordare, gli avvelenamenti accidentali, le intossicazioni acute o croniche, l'iperdosaggio, l'ipersensibilità individuale, le reazioni allergiche, le interferenze con altri farmaci (15).

In Italia è possibile segnalare una sospetta reazione avversa a prodotti a base di piante officinali e integratori alimentari, attraverso la compilazione online di una scheda. Questa attività di fitosorveglianza è svolta dal Centro Nazionale di Epidemiologia e Promozione della Salute (CNESPS) dell'Istituto Superiore di Sanità. Da questi esempi si può capire anche il motivo per cui molti studiosi ritengono che la fitoterapia dovrebbe non essere considerata un tipo di TnC, ma una branca della Farmacologia. Ricordo che molti dei farmaci utilizzati in chemioterapia antitumorale, provengono dal mondo vegetale: ad esempio, la vincristina e la vinblastina si estraggono dalla *Vinca Major*, il taxolo dalla corteccia del tasso o *Taxus Brevifolia*.

– Integratori alimentari

Quantità a volte anche elevate di vitamine, antiossidanti, minerali, aminoacidi sono spesso assunti dalla popolazione per motivi che non sempre sono giustificati. Alcuni studi

hanno dimostrato che dosi elevate di vitamine A, C, E o di antiossidanti, possono interferire con la chemio e la radioterapia (16).

– *Diete*

Innumerevoli sono le diete proposte da dietologi, dietisti e non solo. Famose sono quelle Gerson o Bristol per pazienti oncologici.

– *Nutrizione orto-molecolare*

È una disciplina che si basa sul fabbisogno nutrizionale individuale e viene data grande importanza all'assunzione di cibi integrali, verdure crude, frutta di stagione. Devono essere evitati gli alimenti "lavorati" come i dolci, i cibi con i conservanti o le bibite gasate. Anche questa disciplina si potrebbe inserire a pieno titolo nell'ambito della medicina preventiva.

– *Floriterapia di Bach*

Ha molti punti in comune con l'omeopatia e con le terapie energetiche. Utilizzata per gli squilibri dell'anima, del carattere per migliorare certi atteggiamenti psicologici sbagliati. Eduard Bach descrisse un repertorio di 38 essenze floreali in casi come paura, bisogno d'affetto, insicurezza, scoraggiamento.

Chi soffre di patologie molto gravi, ha quasi sempre uno sconvolgimento anche emotivo e queste essenze floreali potrebbero agire sulla componente psico-affettiva, così duramente messa alla prova.

– *Medicina spagirica*

Ha origini antiche e ha subito l'influenza dell'alchimia, e Paracelso può essere considerato l'ispiratore. Ogni sostanza ha un aspetto riferibile agli aspetti alchemici di sale, zolfo o mercurio. Idee di tipo olistico hanno ispirato questo tipo di medicina: fondamentale è il rapporto tra microcosmo e macrocosmo, viene riconosciuta la forza e la sacralità della natura, nonché la capacità di autoguarigione dell'uomo.

Manipolazioni fisiche e ginnastiche

Il paziente, prima di essere sottoposto a manipolazioni o di praticare qualsiasi tipo di ginnastica, dovrebbe ascoltare sempre l'opinione del medico curante. Anche queste pratiche presentano delle controindicazioni: osteoporosi grave, flebite, elevata difficoltà ai movimenti attivi, ernia del disco, tumori e infezioni alle ossa, ferite aperte, micosi o altre malattie cutanee infettive. Chi sta molto male si potrebbe avvalere di queste terapie fisiche, ma di volta in volta si valuterà la possibilità dell'utilizzo:

– *Chiropratica*

Questo tipo di manipolazione viene applicata su muscoli, articolazioni, ossa, cartilagini, legamenti e tendini. Il cosiddetto "aggiustamento" vertebrale è solo un aspetto della disciplina, secondo cui lo stato di salute di una persona dipende da una sana struttura corporea e un'errata postura o una dislocazione vertebrale possono dare problemi locali ma anche a distanza.

– *Osteopatia*

È lo studio di tutte quelle disfunzioni organiche funzionali o strutturali che possono coinvolgere l'intero apparato muscolo-scheletrico. Molte patologie sono considerate

conseguenza di errori nella postura o nell'allineamento delle articolazioni del paziente, errori che portano a tensioni muscolari. Il corpo viene visto come un'unità morfo-funzionale che ha una sua capacità di auto guarigione; la struttura influenza la funzione ed è fondamentale una corretta vascolarizzazione arteriosa. L'aspetto unitario della persona viene ad essere ribadito e la "lesione" è conseguenza di una limitazione del movimento dei liquidi vitali, delle fasce muscolari e delle articolazioni. L'osteopata va a cercare "il punto debole" della struttura corporea, per riportare il paziente allo stato di salute.

– *Massaggi*

Favoriscono il rilassamento, alleviano il dolore fisico e, non ultimo, risultano di grande conforto psicologico specie per pazienti lungamente costretti a letto. Esistono molti tipi di massaggio, quali:

- il *tuina*, massaggio vivace associato a movimenti passivi delle articolazioni (parte integrante della MTC) che segue alcuni principi dell'agopuntura, e il cui obiettivo è far circolare meglio l'energia vitale;
- lo *shiatsu*, giapponese ma probabilmente derivato dalla MTC, che può essere un massaggio vigoroso, oppure fatto su punti dell'agopuntura (digitopressione) il tutto per favorire la circolazione del *Qi* (energia vitale);
- la *riflessologia plantare*, conosciuta dalle antiche civiltà della Cina, India ed Egitto, massaggio che stimola con i pollici alcuni punti precisi della pianta del piede (il manipolatore agirebbe su alcune funzioni dell'organismo, secondo una fisiologia basata sui principi dei meridiani della MTC); è descritta una vera e propria mappatura dei vari organi sulla pianta dei piedi che ricorda "l'Homunculus" dei testi di anatomia;
- il *linfodrenaggio manuale* che favorisce la mobilizzazione del liquido presente nei vasi linfatici, soprattutto degli arti, quindi il deflusso a livello interstiziale evitando così la stasi linfatica; è utile nei pazienti con lunga degenza a letto e in medicina riabilitativa.
- il massaggio *ayurvedico*, che prende origine dalla tradizione indù e si basa su tipiche tecniche e l'uso di oli vegetali.

La *Kinesiologia*, invece, oltre ad essere una terapeutica manipolativa, è una vera e propria tecnica diagnostica: viene ipotizzata una forma di comunicazione, una rete interconnessa, tra il nostro sistema muscolo-scheletrico, la nostra mente e i nostri organi. Si può così risalire ad una precisa diagnosi d'organo malato o ad un più o meno celato conflitto interiore attraverso il "test muscolare kinesiologico".

– *Ginnastiche*

Accenno solo a tre tipi di ginnastiche abbastanza famose in questo periodo anche in Italia. Il *tai chi* fa parte della MTC ed è in fondo un'arte marziale. Si basa sul controllo dei movimenti, della respirazione, della mente. Attraverso una grande concentrazione, una "meditazione in movimento", si fanno lenti e controllati gesti che dovrebbero portare ad un riequilibrio del *Qi*. Esistono varie scuole.

Anche il *Qi gong* è di origine cinese, ma è molto più statico rispetto al *tai chi*. Potrebbe far parte del gruppo degli interventi sulla connessione mente-corpo, poiché si basa su tutta una serie di posture, unite ad una notevole concentrazione mentale e ad un particolare tipo di respirazione.

Il *pilates* si può considerare una versione occidentale delle ginnastiche orientali. Questo metodo fu ideato da Joseph H. Pilates (1880-1967) che aveva una visione dell'uomo di tipo olistica. Vengono eseguiti gesti controllati e armonici, sulla base di una grande concentrazione, attraverso l'uso di tanti tipi di attrezzi che fungono da resistenze per i movimenti. Lo scopo è quello di raggiungere la massima consapevolezza dei propri movimenti e della propria persona sia dal punto di vista fisico che mentale.

Medicina energetica

È chiamata anche *bioenergetica* o *medicina vibrazionale* (17). Viene ipotizzata l'esistenza di campi energetici che agiscono sull'entità umana. Questi cosiddetti *biocampi* sarebbero in relazione con sette strutture energetiche umane, denominate secondo la tradizione indù *chakra* (in Occidente spesso definiti anche Fiori di Loto).

I *chakra* sarebbero in relazione con sette ghiandole endocrine (Tabella 1): la midollare del surrene, le gonadi, il pancreas, il timo, la tiroide, l'ipofisi, l'epifisi. Questo è solo un accenno, ma dovrebbero essere approfonditi studi di biofisica, bioenergetica, dei sistemi complessi, dei campi morfogenetici.

Tabella 1. I sette *chakra* principali in rapporto con le ghiandole endocrine e i colori dell'iride

<i>Chakra</i>	Posizione	Ghiandola endocrina	Colore
Settimo	Capo	Epifisi	Violetto
Sesto	Fronte	Ipofisi	Indaco
Quinto	Gola	Tiroide	Azzurro
Quarto	Cuore	Timo	Verde
Terzo	Plesso solare	Pancreas	Giallo
Secondo	Sotto-ombelicale	Gonade	Arancio
Primo	Coccige	Midollare del surrene	Rosso

Tra le cosiddette medicine energetiche ne illustriamo alcune:

– *Pranoterapia (tocco terapeutico)*

Alcune persone, i pranoterapeuti, sembra che abbiano la capacità, per mezzo soprattutto delle proprie mani, di influenzare il campo bioenergetico dell'entità umana. Esistono parecchi studi scientifici sull'argomento (18, 19) che cercano di approfondire delle conoscenze su un argomento che pone molti interrogativi. C'è ovviamente il rischio della sopravvalutazione di tanti millantatori. Le associazioni italiane del settore hanno richiesto una regolamentazione delle discipline bio-naturali e l'istituzione di codici e di un vero e proprio esame per essere considerato pranoterapeuta.

– *Reiki*

Può essere considerata una forma di pranoterapia di origine orientale. Si parla di "canalizzazione dell'energia cosmica"; è alquanto avvolta nel mistero e solo chi ha accesso alle varie scuole può conoscerne i segreti e le varie sfumature.

– *Cromoterapia*

Nell'antico Egitto e poi tra gli antichi greci e romani si praticava l'elioterapia. Anche oggi alcune patologie come la psoriasi o l'osteoporosi risentono positivamente della luce

solare. Nella tradizione millenaria di Cina e India l'esposizione ad uno dei sette colori dell'iride sembra potesse influenzare la salute dell'uomo. Nella medicina ayurvedica si ipotizza una correlazione tra i sette colori che si ottengono dalla luce del sole e i sette *chakra* (vedi Tabella 1); anche in questo campo gli studi scientifici sono in continuo aumento (20).

Un tipo particolare di cromoterapia può essere considerata la *mirror therapy* o terapia con gli specchi: il paziente viene illuminato da una luce riflessa da specchi incisi con disegni o simboli (21).

– *Cristalloterapia*

Con questa forma di terapia si ipotizza che certi cristalli (ma anche alcune pietre o metalli) possano riequilibrare il campo energetico umano, attraverso l'affinità del cristallo stesso con uno dei sette *chakra* principali.

– *Magnetoterapia*

Anche in questo caso si ipotizza un'affinità dei magneti per uno dei sette *chakra*. Ricordiamo l'assoluta controindicazione in gravidanza e per i portatori di pacemaker o protesi metalliche.

Interventi sulla connessione mente-corpo

La cosiddetta mind-body medicine, è rappresentata da una serie di interventi sulla componente psichica umana, che possono influenzare positivamente alcune problematiche fisiche psico-fisiche, come ad esempio il dolore e l'ansia. Questo gruppo di pratiche è ultimamente al centro dell'interesse di molti ricercatori e scienze come la Psiconeuroendocrinologia (PNEI) o la psicosomatica sono alla base di conoscenze che si rifanno al concetto ippocratico della capacità di autoguarigione dell'uomo e, in generale all'influenza della psiche sul corpo.

Tra gli interventi sulla connessione mente-corpo i più importanti sono:

– *Yoga*

È parte integrante della medicina ayurvedica. Il termine sanscrito significa legame e sottintende ad un'unione della componente fisica, psichica e spirituale dell'uomo attraverso il rilassamento, esercizi di respirazione, posture particolari, ripetizione di mantra. Negli ultimi anni, l'utilizzo dello yoga nei reparti di oncologia è sempre più frequente e numerosi sono gli studi clinici che ne attestano l'efficacia per ciò che riguarda il miglioramento della componente psico-affettiva (22-25).

Esistono varie scuole e maestri: *hatha-yoga*, detto anche yoga fisico, tende a controllare le componenti corporee; col *raja-yoga*, che è molto più mentale, si cerca di potenziare il pensiero; il *bhakti-yoga* ha nella estrema devozione verso la divinità il suo nucleo centrale; il *kundalini-yoga* è molto praticato in occidente dove rappresenta un valido aiuto per chi conduce una vita frenetica. Ricordiamo infine Yogananda (1893-1952) col *kriya-yoga* e Aurobindo (1872-1950) con lo *yoga integrale*, due maestri che hanno diffuso questa pratica in occidente.

– *Meditazione*

Ha vari punti in comune con lo yoga, il rilassamento, la preghiera: focalizzazione del pensiero su un concetto, un'immagine, una figura spirituale (26). Un tipo di insegnamento è rappresentato dalla meditazione trascendentale di Maharishi Mahesh *yogi*.

– *Attività creative*

Negli ultimi tempi si è venuta a delineare la figura del *terapista artistico e/o occupazionale* che spesso affianca il medico nella cura di pazienti presso gli *hospice* ma anche quelli con disturbi psico-comportamentali (27).

Attività come *musica* (28, 29), *canto*, *pittura*, *modellaggio*, *scultura* sono state riscoperte dal mondo scientifico e molte sono le pubblicazioni a riguardo. L'euritmia curativa è un intervento particolarmente utilizzato per i bambini e gli adolescenti.

Il *biodramma*, la “drammatizzazione della vita” elaborata da Lorenzo Ostuni (21), è una rappresentazione della vita interiore attraverso movimenti, gesti, comportamenti che tendono a rendere manifesti problematiche interiori di tipo psico-comportamentale. È una forma di psicoterapia.

– *Biofeedback*

Attraverso un macchinario preposto, si possono gradatamente regolare alcune funzioni fisiologiche come il battito cardiaco, la pressione arteriosa, la vasodilatazione periferica, la tensione muscolare. È considerata una tecnica terapeutica e anche riabilitativa.

– *Preghiera*

Pregare significa rivolgersi al trascendente con senso di massima devozione. Pregare potrebbe far bene alla salute. Inserendo la parola chiave *spirituality* nei motori di ricerca di medicina (es. *Pubmed*), si ottengono oltre 3400 lavori scientifici. Questo filone di ricerca offre nuovi spunti di riflessione per cercare di conoscere l'uomo nella sua totalità e capire se un certo atteggiamento dell'anima può influenzare lo stato di salute: sembra che molti studi lo confermino. Da alcuni anni si possono trovare lavori scientifici che affrontano argomenti come la preghiera per intercessione, i gruppi di preghiera, la fede, la religione, la spiritualità, l'altruismo, il perdono e altro ancora. Vengono approfonditi, ad esempio, il tipo di reazione emotiva, gli aspetti cardiorespiratori, la pressione arteriosa o altri parametri fisici o di laboratorio, misurabili. Numerosi sono i centri di cure palliative che partecipano a questo tipo di studi che mettono sempre in primo piano ciò che attiene alla qualità di vita del paziente.

Ieri ci si chiedeva se esisteva una relazione tra preghiera, condotta morale e salute (30) e nel 1146 Santa Ildegarda di Bingen scriveva a San Bernardo descrivendo le vere cause fisiche e spirituali delle malattie (vizi), le medicine e i metodi curativi (digiuno) e diceva che le forze divine (virtù) sono trasmesse all'uomo e diventano efficaci come forza generatrice, protettrice e terapeutica (31).

Oggi se andiamo sul sito della Mayo Clinic (www.mayoclinic.com), nella sezione della salute mentale, ci possiamo imbattere su questo tipo di domanda: *What are the benefits of forgiving someone? - Quali sono i benefici nel perdonare qualcuno?* Vedremo che alcuni ricercatori si sono interessati all'argomento ed hanno potuto osservare che perdonare stabilizza la pressione arteriosa e i battiti cardiaci, migliora l'umore e i sintomi dell'ansia e della depressione (32).

Questo interesse per gli aspetti psicologici e spirituali del malato è presente ad esempio al *Benson-Henry Institute for mind and body medicine* (www.mbmi.org). In questo istituto di ricerca si svolgono studi nell'ambito di tre settori principali: a) ricerca di base, molecolare e cellulare; b) studi clinici in campo cardiologico, oncologico, neurologico, chirurgico e ostetrico-ginecologico; c) studi su aspetti comportamentali, psicosociali e spirituali del malato.

Nel rimarcare l'importanza della componente psichica e spirituale della persona malata, volevo ricordare ciò che un grande medico e uomo di vasta cultura, Marcello Carosi (1919-2001), mi ha “sussurrato” (i veri maestri non urlano mai le verità) qualche tempo

fa, pochi mesi prima di morire. Mi diceva di come molti dei suoi pazienti, gravemente malati, mentre facevano terapie convenzionali e non, avevano un notevole miglioramento nel loro aspetto più intimo, più personale, quando insieme a lui leggevano dei brani selezionati e poi li commentavano. Attraverso alcune letture tratte o dai Vangeli o da conferenze di Steiner o da altri autori, i suoi pazienti portati quasi per mano in un'atmosfera di riflessione e di amore, utilizzavano nel migliore dei modi quei momenti di vita e, anche in presenza della sofferenza fisica, diventavano più veri, più maturi (33). Allora la loro malattia si trasformava in un'occasione per un "miglioramento" interiore e così il decesso sopraggiungeva in maniera tranquilla e con un atteggiamento di accettazione.

Bibliografia

1. Geraci A, Vella S, De Lorenzo F, Di Loreto C, Pitrola G, Aloj SM, Tagliaferri M, Consales E. *Tumori: i trattamenti non convenzionali. Dubbi e risposte possibili*. Roma: Associazione italiana malati di cancro, parenti e amici (AIMaC); 2006. Disponibile all'indirizzo: www.aimac.it; ultima consultazione 31/03/08.
2. De Santi A, Morosini PL, Noviello S per il Gruppo CARE (Comunicazione, Accoglienza, Rispetto, Empatia). *Manuale di valutazione della comunicazione in oncologia*. Roma: Istituto Superiore di Sanità; 2007. (Rapporti ISTISAN 07/38).
3. World Health Organization. *Guidelines on developing consumer information on proper use of traditional, complementary and alternative medicine*. Geneva: WHO; 2004. Disponibile all'indirizzo: www.who.int; ultima consultazione 31/03/08.
4. Capra F. *Il Tao della fisica*. Milano: Gli Adelphi; 2006.
5. World Health Organization. *Acupuncture: review and analysis of reports on controlled clinical trials*. Geneva: WHO Library Cataloguing; 2002.
6. Widodo N, Kaur K, Shrestha BG, Takagi Y, Ishii T, Wadhwa R, Kaul SC. Selective killing of cancer cells by leaf extract of Ashwagandha: identification of a tumor-inhibitory factor and the first molecular insights to its effect. *Clin Cancer Res* 2007;13(7):2298-306.
7. Panchabhai TS, Kulkarni UP, Rege NN. Validation of therapeutic claims of *Tinospora cordifolia*: a review. *Phytother Res* 2008;22(4):425-41.
8. Goel A, Kunnumakkara AB, Aggarwal BB. Curcumin as "Curecumin": From kitchen to clinic. *Biochem Pharmacol* 2008;75(4):787-809.
9. Aggarwal BB, Kumar A, Bharti AC. Anticancer potential of curcumin: preclinical and clinical studies. *Anticancer Res* 2003;23(1A):363-98.
10. Santini A. *Lezioni di metodologia clinico-terapeutica omeopatica*. Belmonte Castello (FR): La galleria; 1992.
11. Reckeweg H H. *Omotossicologia: prospettiva per una sintesi della medicina*. Milano: Guna; 2001.
12. Wolf M, Tamaschke C, Mayer W, Heger M. Efficacy of Arnica in varicose vein surgery: results of a randomized, double-blind, placebo controlled pilot study. *Forsch Komplementarmed Klass Naturheilkd* 2003;10(5):242-7.
13. Dorfman P, Amodeo C, Ricciotti F, Tétau M, Véroux G. Evaluation de l'activité d'arnica 5 CH sur les troubles veineux après perfusion prolongée. *Cahiers Biothérap* 1988;98(suppl):77-82.
14. Balzarini A, Felisi E, Martini A, De Conno F. Efficacy of homeopathic treatment of skin reactions during radiotherapy for breast cancer: a randomised, double-blind clinical trial. *British Homeopathic Journal* 2000;89(1):8-12.

15. Sparreboom A, Cox MC, Acharya MR, Figg WD. Herbal remedies in the United States: potential adverse interactions with anticancer agents. *Journal of Clinical Oncology* 2004;22(12):2489-503.
16. D'Andrea GM. Use of antioxidants during chemotherapy and radiotherapy should be avoided. *CA A Cancer Journal for Clinicians* 2005;55:319-21.
17. Gerber R. *Medicina vibrazionale*. Zogno (BG): Lampis; 1998.
18. Robinson J, Biley FC, Dolk H. *Therapeutic touch for anxiety disorders (review)*. The Cochrane Collaboration (pubblicato da John Wiley and Sons); 2008.
19. Jackson E, Kelley M, McNeil P, Meyer E, Schlegel L, Eaton M. Does therapeutic touch help reduce pain and anxiety in patients with cancer? *Clin J Oncol Nurs* 2008;12(1):113-20.
20. Azeemi ST, Raza SM. A critical analysis of chromotherapy and its scientific evolution. *Evid Based Complement Alternat Med* 2005;2(4):481-8.
21. Ostuni L. *L'amore guarisce la vita*. Milano: Sperling & Kupfer; 2000.
22. Distasio SA. Integrating yoga into cancer care. *Clin J Oncol Nurs* 2008;12(1):125-30.
23. Shapiro D, Cook IA, Davydov DM, Ottaviani C, Leuchter AF, Abrams M. Yoga as a complementary treatment of depression: effects of traits and moods on treatment outcome. *Evid Based Complement Alternat Med* 2007;4(4):493-502.
24. Moadel AB, Shah C, Wylie-Rosett J, Harris MS, Patel SR, Hall CB, Sparano JA. Randomized controlled trial of yoga among a multiethnic sample of breast cancer patients: effects on quality of life. *Journal of Clinical Oncology* 2007;25(28):4387-95.
25. Culos-Reed SN, Carlson LE, Daroux LM, Hately-Aldous S. A pilot study of yoga for breast cancer survivors: physical and psychological benefits. *Psychooncology* 2006;15(10):891-7.
26. Hankey A. Studies of advanced stages of meditation in the Tibetan buddhist and vedic traditions. I: a comparison of general changes. *Evid Based Complement Alternat Med* 2006;3(4):513-21.
27. Italia S, Favara-Scacco C, Di Cataldo A, Russo G. Evaluation and art therapy treatment of the burnout syndrome in oncology units. *Psychooncology* (in corso di stampa).
28. Horne-Thompson A, Daveson B, Hogan B. A project investigating music therapy referral trends within palliative care: an Australian perspective. *J Music Ther* 2007;44(2):139-55.
29. Maratos A, Gold C, Wang X, Crawford M. Music therapy for depression. *Cochrane Database Syst Rev* 2008;(1):CD004517. Review.
30. Roberts L, Ahmed I, Hall S. Intercessory prayer for the alleviation of ill health. *Cochrane Database Syst Rev* 2007;(1):CD000368. Review.
31. Hertzka G, Strehlow W. *Manuale della medicina di Santa Ildegarda*. Bolzano: Athesia; 1992.
32. Jennifer P. Friedberg. The impact of forgiveness on cardiovascular reactivity and recovery. *International Journal of Psychophysiology* 2007;65(2):87-94.
33. Carosi M. *Il compito terapeutico dell'uomo per la sua evoluzione*. Roma: L'Opera; 1996.