



Spazio salute

a cura del Dott. Andrea Vecchi



Dott. Andrea Vecchi

Studio Odontoiatrico
Dr. Vincenti e Dr. Vecchi
Via Don Luigi Palazzolo, 13
Bergamo

Per postura s'intende la posizione del corpo nello spazio e la relativa relazione tra i suoi segmenti corporei. La corretta postura altro non è che la posizione più idonea del nostro corpo nello spazio per attuare le funzioni antigravitarie con il minor dispendio energetico sia in dinamica che in statica; i fattori che possono maggiormente condizionarla sono di natura neurofisiologica, biomeccanica, emotiva o psicologica.

L'approccio posturologico nei confronti del paziente non si limita al sintomo e non è una cura del sintomo, ma cerca di affrontare tutte le problematiche e quindi la persona nella sua interezza; chiunque possiede una storia e presenta problematiche apparentemente "silenti" che, peggiorando nel tempo, possono potenzialmente diventare causa di malessere sia fisico che mentale. Ne sono un esempio il lombalgico o il cefalalgico che, non vivono bene a causa del dolore, sono costretti a perdere giorni di lavoro a causa di queste patologie. Risulta quindi fondamentale il ruolo preventivo di quest'approccio.

La Riprogrammazione Posturale Globale e le ricerche correlate ci hanno insegnato che la sola ispezione del nostro paziente ci può fornire elementi essenziali che ci riportano a patologie del recettore oculare (la bascula di spalle e/o la laterocolia sul piano frontale), del recettore podalico (la bascula di bacino sul piano frontale; il piano scapolare sul piano sagittale e su quello orizzontale) e del sistema stomatognatico (posizione del capo e piano scapolare sul piano sagittale).

I recettori che intervengono principalmente nell'aggiustamento posturale, sia esso statico o dinamico, sono il piede e l'occhio, comportandosi sia da endorecettori che da esorecettori. Ma, non sono i soli. Intervengono, infatti, anche la pelle, i muscoli e le articolazioni.

Altro ingresso importante che può influenzare questo sistema è l'apparato stomatognatico che, attraverso il sistema muscolare e il sistema oculomotore, può ripercuotersi sulla postura provocando squilibri di diversa entità. Il suo controllo accurato evita, dunque, l'instaurarsi di problematiche discendenti dal cavo orale e il suo riequilibrio è determinante per la buona riuscita delle riabilitazione.

Gli occhi in realtà formano un solo organo. Allo stato normale questo coordinamento è praticamente perfetto. Il lavoro del posturologo, colui che suggerisce i tempi di intervento, non i modi, dovrebbe liberare il recettore oculare e quello stomatognatico dalle 'interferenze' originate da tensioni, contratture e disturbi d'asse, che impediscono agli specialisti di lavorare in condizioni di relativa stabilità. Un occhio non può fare alcun movimento che non si possa ritrovare identico nell'occhio opposto. I movimenti sono dunque sempre binoculari.

Ciò che è importante sottolineare è che la mobilità dell'occhio avvenga attraverso una rotazione. La convergenza, lo si capisce, è un movimento essenziale degli occhi e può essere, come tutti i movimenti oculari, volontaria o riflessa (torsione eccettuata). Il difetto di convergenza è dunque il principale difetto posturale.

Il recettore podalico dei bipedi è sia adattativo che causativo (o entrambi), alla base cioè dei problemi della colonna vertebrale e del sistema muscolo tendineo ed articolare.

Così, riconoscendo e curando il difetto dei piedi, si riesce a prevenire e curare molte patologie frequenti e difficili. Una deformazione o un'asim-

metria comporterà sempre un adattamento del sistema posturale. Il piede è sia un esorecettore che un endorecettore e come tale è sensibile alle variazioni di carico sia statiche che dinamiche che associate.

Attraverso la ginnastica ortottica e l'uso di solette polarizzate è possibile apportare delle correzioni che modifichino in modo importante tutto il sistema posturale attraverso riflessi integrati nel sistema nervoso centrale che, una volta immagazzinati, possono portare alla prevenzione della patologia e/o alla guarigione del paziente.

In conclusione, il disordine posturale potrà provocare sovraccarichi articolari e sovraccarichi muscolari e tendinei e il dolore immanabilmente farà la sua comparsa più o meno precocemente. La ricerca della postura corretta porterà quindi ordine con la conseguente diminuzione di tensioni e dolori.

Odontoiatria e postura

