

Dettaglio Articolo:

Più Energia con la Magnetoterapia

A colloquio con il dr. Fabio Ambrosi, medical naturopath di scuola inglese e statunitense. Esercita in Italia con autorizzazione dell'Autorità competente, dal 1996. Ha appreso la magnetoterapia dapprima in India, e successivamente ha approfondito i metodi delle scuole del Canada e degli Stati Uniti.

Dr. Ambrosi, che cos'è la magnetoterapia a campo stabile? Consiste nell'uso dei magneti, ovvero calamite, di varie dimensioni e potenza magnetica, poste su aree del corpo. I magneti usati oggi possiedono un potere di emissione del campo magnetico anche 30-40 volte maggiore di quelli del tempo di Galileo. Fu utilizzata dagli egizi, dai cinesi, dagli antichi romani e dai popoli del medioevo fino ai giorni nostri. Il grande medico Paracelo definì la magnetoterapia "Principe della medicina". E' noto che **Mesmer** se ne serviva, e anche Hahnemann.

Per quale ragione il magnete ha un effetto terapeutico? Chiariamo in breve cos'è un magnete. E' un metallo magnetizzato, nel nostro caso protetto da uno strato di plastica atossica. Il magnete ha due poli, uno positivo ed uno negativo. Talvolta nello stesso lato troviamo sia il polo positivo che il negativo. Parliamo in questo caso di calamita a lati bipolari. Ogni magnete deve comunque possedere due poli, i quali sono talvolta separati (lati monopolari), talvolta uniti. I poli vengono definiti anche come "nord" e "sud", ma siccome alcune scuole li definiscono in modo opposto, la dizione "positivo" e "negativo" risulta più chiara per tutti. Il potere dei magneti si misura in Gauss o, soprattutto nei grandi elettromagneti industriali, in Tesla. Ai fini dell'utilizzo pratico, l'intensità magnetica si può classificare come segue: Molto bassa: 100-300 Gauss Bassa: 300-700 Gauss Media: 1000-2500 Gauss Alta: 3000-6000 Gauss Massima: 7000-12300 Gauss Anche la dimensione, cioè la massa, ovvero se il magnete è di dimensioni grandi o piccole, riveste una certa importanza. L'azione della calamita impregna varie sostanze di influsso magnetico (ovvero eccita e ordina gli elettroni delle medesime), per cui i tessuti del nostro corpo, sensibili a quest'azione, vengono stimolati. Tali sostanze sono soprattutto il ferro – contenuto nell'emoglobina in misura del 5% rispetto alla massa della stessa – e secondariamente l'ossigeno. Anche i gas infatti possono essere sensibili all'azione magnetica, anche se più debolmente dei metalli. Tenendo presente che il flusso magnetico penetra nella cute per 2-5 centimetri, è comprensibile che qualche effetto si verifichi. Pochi sanno inoltre che la scienza ha scoperto nel nostro corpo, come in quello di alcuni animali, minutissimi cristalli, quasi microscopici, di una sostanza definita magnetite biogenica, ovvero microcristalli ad azione magnetica prodotti dal nostro stesso organismo (biogenici).

Quali sono i fattori cruciali per un trattamento efficace in magnetoterapia? Primariamente il potere in Gauss del magnete, cioè la sua forza di attrazione, misurabile da uno strumento chiamato gaussometro o magnetometro, inoltre il tipo di polo utilizzato; la dimensione della calamita, l'area su cui è posta e infine il tempo d'esposizione. In genere è più utilizzati campo negativo, soprattutto da quando, nel 1973 in America, in un'università del New Jersey, è stato dimostrato scientificamente che i due poli hanno effetti diversi su colonie di batteri, confermando la Tradizione, che già dai secoli scorsi ha visto nel polo negativo il potere antinfiammatorio. I poli positivo e bipolare esercitano invece un'azione di stimolo, fino a giungere, in alcuni casi, all'infiammazione.

Quali sono le metodiche più utilizzate in magnetoterapia? Si utilizzano magneti anche sotto forma di collane e bracciali, materassini magnetici (molto amati dai gatti da appartamento...), cinture e molti altri; ne vengono inseriti perfino nell'imbottitura del reggiseno. Le metodiche di trattamento professionale sono varie.

1. Plastroferrite E' un metodo semplice e facile. Utilizza bande di plastroferrite a poli alterni a bassa potenza, opportunamente preparate in fasce per le articolazioni. Richiede l'applicazione di almeno 8 ore al dì, per cicli ripetibili di tre settimane.
2. Magnetoterapia I magneti sono di varie dimensioni, in genere con potenza medio alta. La polarità utilizzata e il tempo di applicazione sono importanti. In genere con i tempi minimi di applicazione, per i magneti di maggiori dimensioni e potenza, sono di circa 20-30 minuti 2-3 volte alla settimana.
3. Kinesioterapia E' un metodo che utilizza il precedente, ma per stabilire i punti di applicazione, nonché per valutare l'andamento della terapia, esso si serve dell'indagine kinesioterapica.
4. Drenaggio Linfatico Derivato dalla scuola australiana, è di supporto ai due precedenti; utilizza la magnetopuntura a dimora nelle maggiori aree dei gangli linfatici.
5. Magnetopuntura Si utilizzano magneti circolari di dimensioni minute e di alta potenza, detti "magnetini", fissati sui punti d'agopuntura con cerotto adesivo. Restano sulla cute sei giorni su sette. La terapia prevede l'applicazione per settimane o mesi.
6. Metodo Bansal Due magneti circolari o a mattonella ad alta potenza, monopolari, sono disposti a poli opposti sulla/e mano/i e/o sul/i piede/i, creando un "circuito" energizzante. Applicazioni da 10 a 30 minuti, tutti i giorni o alcune volte alla settimana, talora per mesi.
7. Chakra terapia Secondo la scuola indiana del Dr. Bengali, il paziente viene trattato circa 20-30 minuti, 2-3 volte alla settimana, sulle aree vertebrali, sulla fronte e all'apice del capo, nelle aree considerate ai chakra ayurvedici e della scuola teosofica. Negli Stati Uniti la magnetoterapia è la disciplina naturale in maggior espansione. Esistono sperimentazioni mediche che ne comprovano il valore terapeutico? Certamente, la letteratura scientifica internazionale è ricca. Alcune indagini sono state compiute anche in Italia. A titolo di esempio, una sperimentazione su 60 pazienti (30 con cervicografie e 30 con disturbi lombo-sacrali rispettivamente) si è conclusa nella primavera 2000 all'Ospedale S. Camillo-Forlanini di Roma, a cura del primario del reparto di reumatologia, prof. Francesco Porzio. I risultati confermano che l'utilizzo di campi prodotti per mezzo di fasce e cinture di plastroferrite (il metodo più dolce a disposizione) è capace di produrre un effetto antalgico in grado di affiancare utilmente la terapia farmacologica tradizionale e talvolta di sostituirla.

La magnetoterapia può avere effetti collaterali negativi? Questo tipo di magnetoterapia, a campo stabile, è stato riconosciuto da una perizia medico legale redatta su incarico dei "Centri Formativi Associati" di Padova (www.centroinformativiassociati.com), - un'organizzazione rivolta alla formazione di operatori della medicina naturale/naturopatia e alla loro tutela - come sicura se effettuata o consigliata da figure professionali preparate, quali medici, fisioterapisti, naturopati, osteopati, chiropratici, farmacisti, erboristi, e altre. Anche l'Organizzazione Mondiale della Sanità si è espressa ritenendo sicuri influssi ben maggiori, ad esempio quelli della Risonanza Magnetica Nucleare. Vi sono tuttavia delle attenzioni particolari che è meglio seguire. Cercando di proporre un paragone, se utilizziamo il centrifugato di carota nella misura di un bicchiere al dì, può essere salutare; dieci bicchieri potrebbero generare problemi digestivi. In magnetoterapia non è diverso. Dal punto di vista giuridico, mi risulta che le calamite siano sussidi esitabili nelle erboristerie, farmacie e sanitarie. Alcune cinture magnetiche e cuscini per auto le ho notate anche in alcuni supermercati.

Quali sono le situazioni comuni in cui la magnetoterapia torva applicazione, soprattutto nell'ambiente domestico? Tutte le disfunzioni comuni dell'apparato osteo-articolare traggono giovamento, in genere, dall'applicazione di magneti. Anche alcune disfunzioni digestive e ginecologiche comuni possono trarne beneficio. Spesso l'uso della sola acqua "magnetizzata" è già utile. Ricordo il caso

di un medico che mi telefonò, ringraziandomi di aver scritto il testo sulla magnetoterapia. Mi disse che l'uso quotidiano di acqua magnetizzante aveva risolto i suoi problemi d'asma, dove i farmaci allopatrici non avevano agito, e di riflesso tutta la sua quotidianità era migliorata. "Lei mi ha restituito anche l'entusiasmo di essere medico", mi confidò. Si tratta tuttavia di casi particolari. In realtà la magnetoterapia si rivela, in gran parte delle situazioni, un buon sussidio che integra bene altre terapie, sia naturali che farmacologiche, quando non si può diversamente.

Cos'è l' "acqua magnetizzata"? Acqua potabile su cui si è posto il lato di un magnete per almeno 12 ore, ad esempio ponendo una bottiglia piena sopra un magnete a mattonella. Non è che l'acqua si magnetizzi in senso fisico classico, magari attraendo la limatura di ferro o altro... Piuttosto, le molecole al suo interno vengono per così dire "ordinate" in modo coerente alla polarità a cui è stata esposta. In linea generale, l'uso di acqua va sempre associata alla terapia prescelta.

Dove è possibile apprendere l'arte della magnetoterapia? Alcune scuole di naturapatia, osteopatia e alcuni corsi per chiropratici in Italia hanno istituito al loro interno dei seminari di magnetoterapia.

- *Bibliografia Ambrosi F., Magnetoterapia a Campo Stabile, Ed. Tecniche Nuove, 2000*
- *Hulke M., Magnetoterapia, Ed. Tecniche Nuove, 2000*
- *Battacharya, , Magnetoterapia, Ed. Mediterranee 1999*