

Xiaoxiao, un ambulatorio di Medicina Cinese per i bambini

Valutazione di due anni di lavoro del Progetto-pilota FISTQ



Nel maggio 2006 (*Medicina Naturale*, n.4) avevamo presentato il lavoro dell'Ambulatorio di Medicina Cinese per i bambini Xiaoxiao e il progetto-pilota per la cura e prevenzione delle malattie respiratorie ricorrenti. A distanza di un anno proponiamo una prima valutazione dei risultati (lo studio completo è pubblicato sul *Journal of Chinese Medicine*, n.85). La revisione dei dati raccolti ha seguito criteri di ordine qualitativo piuttosto che di analisi statistica, con l'intento di ragionare sul significato e l'utilità della Medicina Cinese in ambito pediatrico, osservando

il modo in cui agisce, quali problemi si possono presentare e in quali casi essa è maggiormente efficace, qual è il suo effetto sulle condizioni generali del bambino, al di là dell'azione immediata sui sintomi. Sono inoltre emersi diversi elementi di riflessione sul rapporto sia con i bambini, sia con i genitori.

Il Progetto-pilota

Il progetto per la cura e prevenzione delle malattie respiratorie ricorrenti, attivo dall'ottobre 2005 presso l'ambulatorio Xiaoxiao, è sostenuto dalla FISTQ (Federa-

zione Italiana Scuole Tuina e Qigong) e si avvale della sostanziale collaborazione di Rossella Cignetti, Letizia Frailich, Ruggero Scaccabarozzi, M.Grazia Terzi, Maurizio Zanghi.

Il progetto offre la possibilità di accedere gratuitamente a otto sedute, strutturate in modo da costituire un ciclo. I primi sette trattamenti hanno luogo ogni dieci giorni e l'ultimo, di consolidamento e follow-up, a distanza di circa due mesi.

In questi due anni abbiamo trattato 29 bambini, di età tra 2 mesi e 12 anni, per un totale di 218 trattamenti. Hanno par-

tecipato allo specifico progetto-pilota 20 bambini, di cui 17 hanno completato il ciclo dei sette trattamenti previsti.

I dati sono raccolti attraverso un apposito programma informatico che permette di analizzarli agevolmente e di costruire una rete di condivisione con altre realtà cliniche. L'ambulatorio funziona anche come luogo di formazione clinica per chi ha già una preparazione in Medicina Cinese.

Il lavoro terapeutico integra le diverse metodiche tradizionali, cioè agopuntura, *tuina* (tecniche manuali cinesi tradizionali), moxibustione, *guasha*, auricoloterapia, martelletto fior di pruno.

Alcune semplici sequenze individualizzate di *tuina* pediatrico vengono anche insegnate ai genitori, che poi le applicano a casa. Senza colpevolizzarli se non lo fanno. I genitori possono inoltre seguire seminari specifici, in cui acquisiscono le basi della medicina cinese, le tecniche di stimolazione per i bambini e le sequenze utili a trattare i disturbi più frequenti. Avere in mano uno strumento terapeutico aiuta a sentirsi meno sprovveduti e inermi quando i bimbi si ammalano: il pediatra rimane insostituibile, ma è anche possibile fare qualcosa in prima persona.

La Medicina Cinese e i bambini

I bambini corrispondono alla primavera, all'alba, all'inizio dello yang nello yin. Una caratteristica della loro qualità energetica è quindi la rapidità del movimento: i bambini si ammalano facilmente, ma con altrettanta prontezza rispondono all'intervento terapeutico. Quando stanno male è spesso possibile modificare il sistema energetico che si era scompensato verso la malattia, e spostarlo in un equilibrio migliore usando azioni "piccole", delicate e non invasive.

La Medicina Cinese trova indicazione in molte situazioni in cui la Medicina Convenzionale ha poche risorse. Attraverso la sua azione di riequilibrio del sistema energetico presenta una particolare validità nei bambini: ha un'elevata efficacia nella risoluzione dei disturbi acuti, permette di limitare il ricorso ai farmaci

convenzionali in caso di patologie croniche, svolge un ottimo ruolo preventivo e di rinforzo della costituzione nei casi in cui il bambino si ammala facilmente, e rende disponibili risorse importanti per una crescita più ricca.

La Medicina Cinese è efficace in una serie di disturbi e di malattie comuni nel bambino. È un valido aiuto quando il bambino è stanco, pallido, svegliato, lamentoso, mangia poco e malvolentieri, si ammala facilmente. Dà ottimi risultati in caso di coliche del lattante, difficoltà nell'evacuazione, mal di pancia con diarrea, enuresi notturna. Agisce bene con i bambini più piccoli che fanno fatica a prendere sonno, si svegliano in continuazione o non vogliono dormire nel lettino; con quelli più grandi che non riescono a rimanere tranquilli e concentrati, sono irrequieti o collerici; oppure in quelle situazioni in cui il bambino è stanco, svegliato, mangia malvolentieri.

In particolare è molto utile come prevenzione e cura delle infezioni respiratorie ricorrenti che affliggono i bambini nella stagione invernale (raffreddore, tonsillite, otite, congiuntivite, tosse, catarro) e che la terapia antibiotica troppo spesso risolve solo temporaneamente.

Il *tuina* è una tecnica manuale che ha una tradizione altrettanto antica dell'agopuntura, si basa sugli stessi principi di fisiologia e di diagnosi, costituisce parte della formazione di medico tradizionale, e viene utilizzato in modo organico nella odierna pratica ospedaliera in Cina. Il trattamento *tuina* prevede una sequenza di otto-dieci stimolazioni-*fa*, per lo più "sfregamenti-*tui*" e "impastamenti-*rou*" su linee o punti che hanno un'azione specifica. Ogni stimolazione dura uno-due minuti e il bambino può stare seduto, sdraiato oppure in braccio.

L'agopuntura nei bambini non ha controindicazioni ed è anzi più semplice che negli adulti: i quadri clinici sono più chiari, dal momento che la vita ha avuto meno tempo per creare confusione, e la risposta è di solito più rapida perché il bambino ha un *qi* più vivace. L'inserzione degli aghi non produce dolore perché sono molto più sottili di quelli utilizzati

negli adulti, il numero di punti è minore, così come la durata della stimolazione.

I genitori collaborano attivamente durante il periodo di trattamento: applicano quotidianamente sequenze articolate in modo personalizzato e imparano alcune sequenze specifiche in caso di raffreddore, catarro, febbre. Anche dopo l'ultima seduta proseguono il lavoro a casa nei periodi di affaticamento del bambino a causa di infezioni respiratorie, difficoltà nella vita personale o familiare, vaccinazioni, o quando si accorgono che la sua energia è debole o alterata.

Osservazioni cliniche

In questi due anni nell'ambulatorio *Xiaoxiao* sono stati trattati 29 bambini, di cui vengono qui considerati i 17 che si sono rivolti all'ambulatorio per il progetto-pilota e hanno fatto almeno 7 sedute.

I sintomi presentati erano raffreddore, tosse, catarro, otite, febbri ricorrenti, con frequente assunzione di terapia antibiotica; la diagnosi cinese era di insufficienza di *qi* difensivo (*weiqi*), con flegma al Polmone o localizzata all'orecchio.

Dal momento che un'illustrazione dei dettagli diagnostici presuppone una conoscenza specifica della medicina cinese, ci limiteremo qui ad accennare in termini generali al quadro clinico più frequente. In 15 casi si trattava di un eccesso, un accumulo, in gran parte determinato da un eccesso di cibo (allattamento a richiesta troppo frequente, cibi troppo 'ricchi', merendine 'tossiche' in quantità esagerata). Non si tratta della classica 'indi-





gestione', ma di 'eccesso di cibo' che si protrae nel tempo e che quindi supera la capacità del *qi* di trasformare e trasportare. Ne segue un indebolimento del *qi* in generale, una tendenza alla trasformazione in calore all'interno, una facilità all'accumulo di flegma-catarro, una suscettibilità all'ostruzione della libera circolazione del *qi*.

I segni di accompagnamento in questi casi possono essere: addome gonfio o teso, muco nasale giallastro e denso, difficoltà nell'evacuazione, feci dure o verdastre e maleodoranti, sonno interrotto o agitato, irritabilità o collere travolgenti, fatica a stare tranquilli o concentrati, eritemi o eczema, punta della lingua rossa, patina linguale con una sfumatura gialla. La voracità o il disordine alimentare a volte non è più presente, ma è rintracciabile nei primi mesi di vita. Nessuno di questi sintomi è grave di per sé, ma l'insieme segnala una difficoltà nella circolazione del *qi* che può facilmente dare origine ad alterazioni più importanti del sistema energetico e quindi a malattia.

Se la circolazione del *qi* non è fluida si forma facilmente flegma. Il flegma "si localizza nei cento luoghi ed è causa delle cento malattie": catarro, tosse, asma, otite, tonsillite se si addensa al sistema respiratorio; pelle ruvida ed eczema se ostruisce la superficie; disturbi dello stato emotivo e mentale se offusca gli "orifici del cuore"; alterazioni osteo-articolari se si accumula nei canali/meridiani.

Agopuntura e *tuina* possono eliminare gli ostacoli al movimento del *qi*, per cui si ha non solo una regressione dei sintomi,

ma anche un miglioramento generale dal momento che il sistema fa meno fatica e può utilizzare il *qi* al meglio.

Una diagnosi di vera insufficienza di *qi* è stata posta solo in 2 casi, in cui era presente anche una patologia organica grave.

In ogni caso è sempre importante rinforzare il *qi* del *jiao*-riscaldatore medio, che per la medicina cinese ha una funzione di "trasformazione e trasporto": visto il consumo di energia che richiede la crescita dei bambini nelle prime fasi della vita, il carico di lavoro a cui il *qi* è sottoposto è infatti pesante e spesso al limite. Se il *qi* è insufficiente tutte le trasformazioni ne risentono. In particolare nei bambini ne patiscono la funzione respiratoria che trasforma l'ossigeno in energia; la funzione digerente che assimila il cibo, lo trasforma, elimina le scorie; la funzione difensiva che impedisce ai patogeni esterni di entrare in profondità.

Considerazioni sui risultati

Le considerazioni sui risultati derivano dall'osservazione dei 17 bambini durante i due mesi e mezzo di trattamento e in 15 casi anche dall'incontro di valutazione e di consolidamento a distanza di due mesi dall'ultima seduta.

L'analisi della risposta ha considerato non solo l'andamento rispetto al quadro clinico principale (febbre, tosse, otite, catarro ecc.), ma anche le condizioni generali, lo stato del *qi*, che nei bambini si manifesta principalmente nelle caratteristiche di sonno, appetito, evacuazione, cute, atteggiamento/comportamento.

Dal momento che l'ambulatorio ha caratteristiche un po' anomali e l'approccio medico cinese era per questi genitori inusuale, abbiamo ritenuto importante anche sapere come si erano trovati in ambulatorio, come hanno valutato i risultati terapeutici a distanza di tempo, e se hanno proseguito nell'utilizzo del *tuina* dopo il termine del ciclo di trattamenti. A questo scopo con tutti è stata condotta un'intervista telefonica strutturata nel maggio-giugno 2007.

Non ci sono stati miracoli: i bambini si sono ancora ammalati, hanno avuto an-

cora raffreddore, catarro, tosse, febbre. Ma in forma decisamente più accettabile. I dati mostrano una significativa riduzione della frequenza, durata e gravità degli episodi, della prescrizione di antibiotici, del numero di giorni di scuola persi, e del ricorso al pediatra.

Per quanto riguarda in particolare gli episodi di febbre, che 14 bambini su 17 hanno avuto durante o dopo il ciclo di 8 sedute, nella maggior parte dei casi sono stati risolti con il solo uso di *guasha* e *tuina*, altre volte con dosaggi di antipiretico nettamente inferiori alla norma, raramente è stata necessaria una terapia antibiotica.

Per una valutazione corretta dello stato di salute è fondamentale considerare anche l'andamento delle funzioni fisiologiche di base. Il primo aspetto che migliora risulta essere il sonno: a volte era disturbato dall'ostruzione nasale, o dal prurito, o dalle coliche gassose del lattante, spesso non era riconducibile a una causa diretta, ma si trattava di una manifestazione dell'accumulo e del calore interno. L'elevata risposta positiva nei casi di disturbi del sonno è confermata dai due casi che si sono rivolti all'ambulatorio specificamente per difficoltà a dormire e comportamento molto agitato, nonché dagli oltre vent'anni di esperienza personale.

Sul versante dell'appetito i risultati sono invece più lenti. La voracità è sia un segno di quadro di 'accumulo', sia la sua causa: in quanto abitudine, richiede più tempo per modificarsi. Un appetito scarso si riferisce invece a una relativa insufficienza di *qi*: per tonificare è necessario più tempo che per eliminare o regolare, ma poi il miglioramento dell'appetito si accompagna a un netto aumento dell'energia nella vita quotidiana in genere e nella resistenza alle infezioni respiratorie in particolare.

Ottimi risultati si hanno nei disturbi intestinali, generalmente dovuti a calore interno: feci dure, feci verdastre e maleodoranti, evacuazione saltuaria, difficile o dolorosa, tutto si regolarizza molto rapidamente. Tra i 17 bambini partecipanti al progetto per la cura e prevenzio-

ne delle malattie respiratorie, 9 presentavano stipsi e tutti si sono regolarizzati. Ricordiamo che il miglioramento delle funzioni intestinali è anche manifestazione dell'esito positivo del processo di eliminazione dell'accumulo e dell'eccesso di calore.

I problemi cutanei sono decisamente più ostici: mentre gli eritemi si risolvono piuttosto facilmente, non altrettanto avviene in caso di eczema, un segno di quadri più complessi, che rispondono in modo eterogeneo.

Il trattamento è stato efficace anche in casi più particolari come enuresi notturna, ritenzione del testicolo, od osteomielite. Nei mesi in cui abbiamo seguito i bambini ci hanno colpito i cambiamenti nel loro comportamento. Alcuni bambini all'inizio avevano ritrosie che andavano al di là della timidezza: se ne stavano incollati alla mamma, la faccia nascosta, muti, con un rifiuto del massaggio più o meno esplicito, mentre già dopo due o tre sedute stavano seduti sul lettino da soli, si guardavano intorno e sembravano godersi il massaggio. I genitori ci dicevano che a casa erano più sicuri, più assertivi e coraggiosi, ma soprattutto non andavano più a dormire nel lettone! Altri bimbi che invece non stavano mai fermi, erano iper-reattivi e oppositivi, sono diventati più calmi: in ambulatorio osservavano tutto con attenzione e si lasciavano trattare tranquillamente, a casa non urlavano più a ogni 'no' dei genitori e non tartassavano più i fratellini, a scuola si agitavano in misura normale.

È naturale che se un sistema energetico è sufficientemente bilanciato, non è solo la salute fisica a trarne vantaggio: quando si eliminano gli ostacoli a una buona circolazione del *qi* il mutamento negli stati emotivi, mentali, relazionali ha nei bambini un'evidenza immediata.

Per quanto riguarda la valutazione dei genitori sul lavoro ambulatoriale, alla domanda dell'intervista semi-strutturata "Se doveste descrivere come vi siete trovati in ambulatorio, direste che vi siete trovati" [scegliere tra: bene; abbastanza bene; non troppo bene; male] tutti i ge-

nitore hanno risposto "bene", con commenti di soddisfazione per aver acquisito uno strumento terapeutico e/o per l'atmosfera in ambulatorio, l'attenzione degli operatori e le modalità di lavoro. Queste risposte venivano confermate dall'ultima domanda: "Consigliereste ad altri genitori/parenti la consultazione dell'ambulatorio?" tutti hanno risposto di sì, con motivazioni quali i buoni risultati, il fatto che è un trattamento non invasivo, senza effetti collaterali o "che vale la pena di provare anche per chi è scettico". E in effetti molti di loro ne avevano già parlato ad altri genitori.

La domanda sull'uso del tuina a casa dopo il ciclo di otto sedute ha ricevuto risposte varie: 6 hanno detto di aver continuato a usare il tuina regolarmente; 4 di averlo fatto in modo sporadico o perché consideravano guarito il bambino, o per mancanza di tempo o perché il bambino era poco disponibile; 5 sono ricorsi al tuina in caso di raffreddore, febbre, tosse, ma non lo hanno mantenuto come azione preventiva; 1 non l'ha mai usato; 1 non è stato raggiungibile.

I suggerimenti finali hanno proposto l'inserimento di incontri esplicativi e di discussione.

Conclusioni

Alla fine di questi due anni di lavoro possiamo dire che:

- siamo solo all'inizio, ma i risultati sembrano buoni, sia sulla sintomatologia acuta, sia sul miglioramento delle condizioni generali e la suscettibilità ad ammalarsi.
- Trattare i bambini con tuina e agopuntura non è difficile.
- I genitori apprezzano le metodiche terapeutiche utilizzate e la possibilità di acquisire uno strumento autonomo.
- Il lavoro di gruppo è positivo non solo rispetto ai risultati, ma anche per il nostro benessere.
- I bambini fanno esperienza diretta del fatto che a volte è possibile avere dentro le risorse per passare dallo star male allo star bene, senza introdurre sostanze esterne (di sintesi o naturali).

Per la vitalità
del tuo organismo

DEMICOS



oli essenziali
liberati nell'intestino

Melaleuca alternifolia
Cinnamomum zeylanicum
Citrus paradisi
Pimpinella anisum

come da letteratura scientifica,
utili in caso di:

problematiche micotiche,
batteriche e virali a livello intestinale,
respiratorio e genitale,
disbiosi e sintomi collegati.

BIOGROUP®
in natura è meglio

Tel. +39 0874 870214 Fax +39 0874 870971
www.biogroup.it info@biogroup.it