

OLISMO E DISCIPLINE BIONATURALI

1

Negli ultimi vent'anni abbiamo assistito ad un sempre maggiore interesse nei confronti di pratiche che fanno riferimento alle Medicine Tradizionali occidentali od orientali e a tecniche rivolte alla promozione del "ben-essere" della persona.

Queste pratiche sono definite con molti nomi: Medicine Alternative, Medicine Naturali, CAM (Complementary Alternative Medicine), Tecniche olistiche, Discipline Bio-Naturali (DBN): sotto questi termini si collocano una grande varietà di discipline, di tecniche e di insegnamenti che, nonostante la molteplicità di concezioni e di linguaggi, hanno una comune base filosofica che riguarda il concetto di persona.

Prima di tutto è necessario definire cosa si intenda per olistimo, dato che è uno dei termini più usati e sfruttati nel mondo delle Discipline Bio-Naturali.

La parola deriva dal greco ὅλος ed il suo significato è «tutto, intero, totale»

Dal vocabolario online Treccani - Olistimo: *tesi secondo cui il tutto è più della somma delle parti di cui è composto. Questo principio generale è stato variamente articolato in diverse discipline. Si può parlare di olistimo in filosofia, biologia, nel campo delle scienze umane e della sociologia, ...*

Riassumendo da vari vocabolari le definizioni di olistimo possiamo precisare che l'olismo è una teoria per cui "l'intero" è molto più della semplice somma delle parti che lo compongono, è una complessa entità organizzata, con caratteristiche proprie e uniche, che deve essere studiata come tale, e non frammentata, sulla base delle relazioni e delle interdipendenze funzionali delle varie parti.

"Secondo la teoria olistica un sistema non può essere conosciuto come somma lineare delle parti che lo compongono. (...) Si tratta certo di una prospettiva complessa: in che consiste quella cifra di "di più" o di "diverso" che ha il tutto, rispetto alla somma delle parti? Dove va ricercata?

*Forse l'olismo è uno dei regni irriducibili di quell'intuito, di quell'elaborazione sottile che ci fa percepire la differenza fra delle macchie di colore e il 3 maggio 1808 di Goya, che segnano la diversità fra una successione di suoni e la quarta sinfonia di Brahms o per cui una battuta spiegata non fa più ridere nessuno."*¹

Nella concezione olistica, quindi, ogni organismo vivente è considerato un "individuo" cioè qualcosa che non è possibile dividere senza che ne vadano perse le proprietà, in cui le caratteristiche e qualità che lo contraddistinguono vanno oltre quelle delle singole parti di cui composto, parti che sono tra loro in relazione funzionale così complessa e interconnessa che non possono essere studiate o analizzate separatamente.

Corpo, mente, emozioni, spirito sono livelli integrati che interagiscono in equilibrio dinamico e costituiscono gli elementi interni su cui poggia il nostro benessere, regolato anche da un rapporto armonioso e sostenibile con l'ambiente esterno: in una visione olistica il singolo (microcosmo) è connesso con il

¹ <https://unaparolaalgiorno.it/search?q=olismo> – 1 ottobre 2017

“tutto” (macrocosmo) e nessuno può vivere separato da ciò che lo circonda, ogni individuo è in relazione al territorio, all’ambiente e alla società in cui vive. Tenendo conto di questa unità, un malessere o una patologia manifestano, nel corpo, un disequilibrio che può avere origine in uno qualsiasi dei livelli e può dipendere da molti fattori. Malattia e salute non sono concetti opposti, sono due manifestazioni dell’individuo, in cui la malattia è una reazione vitale, orientata a bilanciare lo squilibrio. Lo scopo delle Discipline BioNaturali non è agire sulla malattia, sul sintomo, piuttosto recuperare o rafforzare i naturali meccanismi di regolazione, equilibrio e risanamento. Questo può essere realizzato con l’uso di tecniche non invasive, naturali, manuali, energetiche o meditative e promuovendo uno stile di vita salutare e rispettoso della persona e dell’ambiente.

Tale concezione diverge dalla comune concezione attuale di malattia della Medicina Convenzionale. In realtà le Medicine Tradizionali fondate su un approccio olistico al paziente sono sempre esistite: dalle antiche culture indiane, tibetane e cinesi a quelle mediterranee, dagli aborigeni australiani, agli sciamani siberiani e ai curanderos amazzonici. Queste pratiche, che per centinaia di anni sono state l’asse portante della cura, negli ultimi due secoli in occidente, con l’avvento delle scoperte scientifiche e dell’industria, sono state abbandonate e la visione olistica è stata messa in disparte.

Nel 1600, “nasce” il corpo concepito come macchina, sia pur complessa, in cui i processi fisiologici vengono spiegati secondo le leggi della fisica e della meccanica, riducendolo ad un semplice aggregato di organi e separandolo irrimediabilmente dalla componente psichica e spirituale. Questo dualismo tra corpo fisico e componente mentale/psichica, definito da René Descartes con i termini *res extensa* e *res cogitans*, perdurerà fino ai nostri giorni, anche se, nel tempo, varierà il paradigma di riferimento: dal 1800 in poi, i progressi nel campo della Biologia e della Fisiologia sposteranno l’attenzione sulle proprietà delle molecole secondo un modello biochimico e dalla seconda metà del 1900 assumerà grande rilievo la genetica.

Solo nell’ultimo ventennio le Neuroscienze e la PsicoNeuroEndocrinoImmunologia hanno decretato la “caduta” del paradigma dualistico di corpo e mente, proponendo nuovamente una visione integrata. Tuttavia, vent’anni sono un tempo breve e la Medicina occidentale è ancora fundamentalmente analitica, separa le varie componenti del corpo umano, isola la malattia in una determinata parte del corpo e individua le cause di una patologia in un ‘errore’ della biochimica o della genetica, orientandosi su un principio di causa-effetto.

La Medicina Convenzionale non deve essere disdegnata né demonizzata, è insensato ignorarne i benefici e non rivolgersi ad un medico in caso di affezioni: abbiamo il dovere di ricordare che i progressi in molte discipline mediche come Fisiologia, Microbiologia, Farmacologia, Chirurgia, Diagnostica e Igiene, consentono, in età infantile e adulta, la sopravvivenza a malattie fino a poco tempo fa incurabili e che la vita media si è alzata, nel mondo occidentale, dai circa 40 anni del 1800 agli oltre 70 attuali. Nello stesso tempo non si possono trascurare alcune criticità della pratica medica, come l’esigenza di specializzazione diventata ormai ultra-specializzazione, l’effetto iatrogeno di alcuni interventi della Medicina, l’oggettivizzazione del paziente e lo “scollamento” tra corpo e persona ancora presente.

In Italia fare diagnosi e somministrare terapie, farmacologiche e non, sono funzioni riservate ai laureati in Medicina e Chirurgia iscritti all’Ordine dei Medici e non solo perché sancito dalla legge: soltanto gli

studi in Medicina e Chirurgia garantiscono le competenze necessarie per stabilire se sia in atto una patologia, di quale gravità e se richieda una terapia urgente e di quale tipo.

Possono quindi le Discipline Bio-Naturali occuparsi della salute?

L'Organizzazione Mondiale della Sanità nel suo atto costitutivo (1946 – 1948) definisce la salute *“uno stato di completo benessere fisico, mentale e sociale e non consiste soltanto in un'assenza di malattia o di infermità”*

Tale concetto viene ripreso e ampliato nella Carta di Ottawa - 1° Conferenza Internazionale sulla promozione della salute 17-21 novembre 1986 Ottawa, Ontario, Canada - che recita in alcuni suoi paragrafi:

“La promozione della salute

La promozione della salute è il processo che mette in grado le persone di aumentare il controllo sulla propria salute e di migliorarla. Per raggiungere uno stato di completo benessere fisico, mentale e sociale, un individuo o un gruppo deve essere capace di identificare e realizzare le proprie aspirazioni, di soddisfare i propri bisogni, di cambiare l'ambiente circostante o di farvi fronte. La salute è quindi vista come una risorsa per la vita quotidiana, non è l'obiettivo del vivere. La salute è un concetto positivo che valorizza le risorse personali e sociali, come pure le capacità fisiche. Quindi la promozione della salute non è una responsabilità esclusiva del settore sanitario, ma va al di là degli stili di vita e punta al benessere.

...

I prerequisiti per la salute

Le condizioni e le risorse fondamentali per la salute sono la pace, l'abitazione, l'istruzione, il cibo, un reddito, un ecosistema stabile, le risorse sostenibili, la giustizia sociale e l'equità. Il miglioramento dei livelli di salute deve essere saldamente basato su questi prerequisiti fondamentali.

...

Creare ambienti favorevoli

Le nostre società sono complesse e interdipendenti, e non è possibile separare la salute dagli altri obiettivi. Gli inestricabili legami che esistono tra le persone e il loro ambiente costituiscono la base per un approccio socio-ecologico alla salute. Il principio guida globale per il mondo, e allo stesso modo per le nazioni, le regioni e le comunità, è la necessità di incoraggiare il sostegno e la tutela reciproci: prendersi cura gli uni degli altri, delle nostre comunità e del nostro ambiente naturale. La conservazione delle risorse naturali in ogni parte del mondo dovrebbe essere enfatizzata come una responsabilità globale.

I cambiamenti dei modelli di vita, di lavoro e del tempo libero hanno un importante impatto sulla salute. Il lavoro e il tempo libero dovrebbero essere una fonte di salute per le persone. Il modo in cui la società organizza il lavoro dovrebbe contribuire a creare una società sana. La promozione della salute genera condizioni di vita e di lavoro che sono sicure, stimolanti, soddisfacenti e piacevoli.”

Lo stato di salute quindi, va ben oltre “avere una malattia / non avere una malattia”, coinvolge lo stato mentale ed emotivo della persona, il rapporto con l'ambiente, l'alimentazione, il mondo del lavoro e i rapporti interpersonali.

E' in questo spazio che si inseriscono le Discipline Bio-Naturali: se un operatore olistico non può, giustamente, diagnosticare, dare terapie e curare, può invece *avere cura* di qualcuno, sostenerlo nel ristabilire le energie fisiche e mentali, nel riconoscere i propri bisogni, promuoverne le attitudini personali, armonizzare l'ambiente interno con l'ambiente esterno.

L'integrazione fra Medicina Convenzionale e CAM è stata auspicata già dal 1978 ad Alma Alta e nella stessa Risoluzione Europea si fa riferimento a tale integrazione, includendo sia medici che operatori non medici adeguatamente preparati.

Da circa vent'anni, su riviste scientifiche anche di rilievo, sono pubblicati articoli scientifici sull'efficacia delle Discipline Bio-Naturali, al punto che la prestigiosa *Cochrane collaboration* ha istituito una parte specifica per queste discipline.

Nel 2014 l'OMS ha pubblicato il rapporto "The WHO Traditional Medicine Strategy 2014-2023" in cui gli stati membri sono invitati a rafforzare il ruolo delle CAM e fondere metodi di cura convenzionali e non convenzionali, comportamento già adottato da molti paesi europei.

Discipline Bio-Naturali e Medicina, quindi, non devono essere ritenute discipline in contrapposizione, le competenze, l'ambito e le applicazioni sono differenti e ognuna delle due parti offre un contributo specifico e fondamentale; è nella convergenza delle parti che sarà possibile tenere in considerazione i molteplici aspetti della salute.