



OSTEOPATIA

Prima l'UOMO

- Ebook gratuito -

C.S.O.T. Centro Studi di Osteopatia Tradizionale

www.csot.it

Perché questo EBOOK

“Ordine e salute sono inseparabili. Quando regna l'ordine in tutte le parti, la malattia non può prevalere.”

A. T. Still - ideatore dell'osteopatia

Questo EBOOK nasce per divulgare la cultura dell'OSTEOPATIA e per far chiarezza su molti aspetti ancor oggi discordi.

Laddove il mondo di oggi ci permette di comunicare rapidamente e anche con persone molto distanti, anche le informazioni più imprecise e poco corrette si diffondono rapidamente.

E secondo noi è il dovere di ogni esperto e specialista, mettersi in gioco e condividere il proprio sapere, le proprie idee e i propri contenuti con precisione e semplicità. Diventa quasi un dovere professionale.

Molti ci chiedono cosa è l'osteopatia.

E molti altri ci chiedono perché diventare osteopati.

Domande apparentemente semplici, la cui risposta, richiede però un'alta responsabilità professionale e, soprattutto, umana.

Come persone appassionate e come professionisti del settore, abbiamo deciso di dare le nostre risposte a queste domande, con l'obiettivo di poter dare il nostro contributo allo sviluppo e alla divulgazione di questa disciplina a cui noi siamo grati per aver migliorato la nostra vita e quella delle persone che si rivolgono a noi quotidianamente.

La direzione C.S.O.T.

INDICE degli ARGOMENTI

- COSA È L'OSTEOPATIA Pag. 3

- COME SCEGLIERE UN OSTEOPATA Pag. 7

- PERCHÉ DIVENTARE OSTEOPATA Pag. 9

- COME SCEGLIERE UNA SCUOLA DI OSTEOPATIA Pag. 11

- TESTIMONIANZE DI ALCUNI STUDENTI Pag. 15

COSA È L'OSTEOPATIA

Tra scienza e tradizione

L'Osteopatia è una medicina non convenzionale riconosciuta dall'Organizzazione Mondiale della Sanità e definita nel 2007 come una medicina basata sul contatto primario manuale nella fase di diagnosi e trattamento.

È centrata sul soggetto e focalizzata sulla salute piuttosto che sulla malattia.

Facilita la capacità di auto-guarigione innata dell'organismo, rispettando il rapporto tra struttura e funzione e anche per questo rispetta il rapporto tra corpo, mente e spirito. Per fare questo l'osteopata si avvale delle conoscenze osteopatiche e scientifiche. Tale approccio olistico nei confronti del trattamento dei soggetti si basa sull'idea che un essere umano rappresenti un'unità funzionale dinamica, nella quale tutte le parti sono interconnesse.

Contatto primario manuale

Le tecniche manuali sono basate sulla palpazione, per cui l'osteopata deve sviluppare un senso del tatto molto potenziato.

Centrata sul soggetto

Questo significa “rispetto e attenzione ai bisogni, alle preferenze e ai valori del soggetto, garanzia che quei valori guideranno ogni decisione clinica” (Institute of Medicine IOM – www.iom.edu). Alla base c'è la relazione di cura tra osteopata e soggetto, una relazione che si nutre di un continuo scambio bidirezionale d'informazioni finalizzato a esplorare le preferenze e i valori del soggetto, ad aiutare il soggetto a fare le scelte giuste, a rendere possibili i cambiamenti negli stili di vita necessari per mantenere o migliorare lo stato di salute.

Salute piuttosto che malattia

Al contrario della medicina tradizionale che cura la malattia, l'osteopatia pone l'attenzione sulla ricerca della salute. L'osservazione e il trattamento del soggetto sono finalizzati al ristabilire un equilibrio del corpo, tramite la ricerca del benessere psico fisico.

Autoguarigione

Ovvero la capacità intrinseca dell'organismo di auto regolarsi/curarsi.

L'osteopatia stimola le strutture del corpo a sviluppare il processo di autoguarigione e/o autoriparazione già insito nella fisiologia.

Il ruolo dell'osteopata è quello di individuare le zone di "restrizione del movimento", di alterazione dei tessuti e ristabilirne la funzionalità attraverso l'uso esclusivo di un approccio manuale che si avvale di tecniche manipolative articolatorie, cranio sacrali, fasciali, viscerali e muscolari.

Rapporto struttura/funzione

È l'equilibrio che esiste tra le differenti zone del corpo e il loro funzionamento.

La "disfunzione somatica" è il termine che si usa per indicare la struttura che ha perso la sua funzione e la zona che sta influenzando negativamente lo stato di salute.

Conoscenze osteopatiche

Osteopatiche perché si forma all'utilizzo di tutte le tecniche osteopatiche quali strutturale, cranio-sacrale, fasciale, viscerale e funzionale.

Conoscenze scientifiche

Scientifiche perché segue costantemente le nuove ricerche e i nuovi studi, aggiornandosi in maniera continua, approfondisce lo studio dell'anatomia, della

fisiologia, della patologia e di tutte le scienze mediche che permettono una conoscenza approfondita del corpo umano e del suo funzionamento.

Approccio olistico

Tale approccio non considera il singolo sintomo o segno come segnale da sopprimere ad ogni costo, ma legge questi avvertimenti come segnali del corpo nel tentativo di ripristinare un equilibrio andato perso. In questo senso si cerca di controllare tali sintomi/segni senza sopprimerli, regolando l'asse immunitario, biochimico e citochimico nel perseguimento della *restitutio ad integrum completa*: fisica e psichica. La salute globale non è vista come semplice assenza di malattia, ma un benessere globale di corpo, mente, società e ambiente e anche come un'evoluzione psicofisica.

Unità funzionale dinamica

Un corpo non più visto come ossa, muscoli, visceri, fasce, etc... separati e solo collegati tra loro, ma un unico sistema autonomo che vive e si autoregola. Per mantenere questa omeostasi è dinamico, in movimento e cambiamento continuo.

Il suo ideatore è il medico statunitense Andrew Taylor Still, figlio di un pastore e personaggio attivo negli impegni politici del suo tempo.

Still era un attento osservatore della natura, delle sue forme e delle sue leggi e, a seguito della perdita di alcuni familiari a causa della meningite, cominciò la sua riflessione sull'incapacità della medicina ufficiale del suo tempo di combattere le malattie. Still studiò l'osteopatia per sopperire alla mancanza di mezzi nella cura dei suoi pazienti, convinto, dopo numerosi studi sull'anatomia umana, che molte malattie possono essere trattate intervenendo per correggere le malposizioni anatomiche che interferiscono con la circolazione sanguigna e l'attività nervosa.

Il nome stesso della nuova disciplina sintetizza, in una delle descrizioni ritrovate, il concetto che l'osso (ostèon) è il punto di partenza delle condizioni patologiche e quindi della sofferenza (pathos).

"Ho pensato che l'osso, osteon, fosse il punto da cui dovevo partire per accertare la causa delle condizioni patologiche e così ho messo insieme "osteo" con "patia" e ho ottenuto Osteopatia."

(Still, A.T. Autobiografia, 1897, p.98).

Nei propri scritti, Still non ha formulato un concetto teorico di osteopatia che non potesse essere allargato. Eppure, in questi scritti troviamo tutte le nozioni basilari per i nostri trattamenti osteopatici attuali. Nei suoi lavori vengono sviluppati i fondamenti dell'osteopatia: ancora oggi, gli studenti e le generazioni successive continuano a mettere in pratica le sue riflessioni che descrivono in maniera precisa le relazioni anatomiche, fisiologiche e biomeccaniche.

Consideriamo l'evoluzione dell'osteopatia fino a oggi come uno sviluppo delle idee di Andrew Taylor Still, che ha elaborato lo schema di base e il concetto di osteopatia e che ha formato la prima generazione di allievi.

Grazie ad essi si è verificata una evoluzione, con l'ingresso prima dell'osteopatia cranio-sacrale, poi viscerale. Tramite, poi, la pratica clinica di ieri e la ricerca scientifica di oggi tutti gli osteopati possono continuare a praticare una osteopatia tradizionale e fedele ai suoi principi di base ma all'avanguardia nell'efficacia ed efficienza.

Gli osteopati, allora come oggi, sono professionisti che hanno una propria metodologia per individuare le problematiche degli utenti e le risorse per risolverle.

COME SCEGLIERE UN OSTEOPATA

*“Dovunque l'arte della medicina venga amata,
c'è anche un amore per l'umanità.”*

- Ippocrate -

Con quali sicurezze mi rivolgo a un osteopata? Quali garanzie posso avere?

La decisione di rivolgersi all'osteopatia e la ricerca di un osteopata sono argomenti delicati poiché rappresentano una scelta che riguarda la nostra salute. L'osteopatia è un ottimo strumento di risoluzione dei disturbi che affliggono il nostro organismo ma nello stesso tempo è una pratica manuale operatore dipendente che non può prescindere dalle conoscenze e abilità messe in atto dal terapeuta durante la valutazione osteopatica e il trattamento. Per questo motivo diventa necessario come utenti saper scegliere un osteopata che abbia conseguito il Diploma in Osteopatia (D.O.) mediante una formazione d'eccellenza.

Un osteopata è una persona che ha seguito una formazione specifica presso una scuola che rilascia un diploma in osteopatia D.O. attraverso una formazione che può avvenire mediante due percorsi.

Esistono formazioni a tempo pieno a cui si accede dopo la scuola superiore e che permettono di ottenere un diploma di osteopatia dopo cinque anni di studio intensivo con una frequenza simil universitaria.

Ci sono formazioni part-time a cui si può accedere durante gli studi di medicina (che però devono essere portati a termine per ottenere il diploma), dopo aver ottenuto una laurea nelle professioni sanitarie (fisioterapia, infermieristica, podologia ecc) e in scienze motorie (o il diploma ISEF). In questo caso il percorso formativo dura cinque o sei anni, a seconda della scuola.

Attualmente a garanzia dell'utenza esiste un'associazione nazionale, il ROI (Registro di Osteopati d'Italia) a cui sono iscritti solo professionisti osteopati in possesso di un diploma conseguito presso una scuola che rispetta gli standard qualitativi e i percorsi didattici previsti dal registro per la formazione in osteopatia. Infatti solo alcune delle molte scuole presenti sul territorio nazionale sono accreditate dalla Commissione Didattica del ROI.

Purtroppo molti sono anche i terapeuti che si definiscono osteopati pur non avendo ricevuto la formazione necessaria per raggiungere le conoscenze e i requisiti minimi di base.

Grazie al ROI l'utente è tutelato e può beneficiare di trattamenti professionali e sicuri. Basterà andare sul sito www.registro-osteopati-italia.com e cercare il nominativo di un osteopata o verificare che ci sia l'iscrizione del proprio osteopata di fiducia.

Esistono osteopati specializzati in un ambito piuttosto che un altro? Non voglio essere "scrocchiato", a che tipo di osteopata devo rivolgermi?

Non esiste una specializzazione in osteopatia ma una formazione post graduate che permette di acquisire all'osteopata diplomato delle conoscenze e delle competenze in diversi ambiti come ad esempio l'ambito pediatrico o ostetrico.

L'osteopata tratta l'individuo e lo fa con un bagaglio di tecniche di diversa natura sapendole coscientemente adattare alle esigenze del soggetto trattato. Un osteopata diplomato padroneggia bene ogni tipologia di tecnica e non è mai specialista di tecniche manipolative o di tipologie di soggetti.

PERCHÉ DIVENTARE UN OSTEOPATA

Le nostre risposte a chi ci chiede “Perché diventare un osteopata?”

Perché questa disciplina sa essere realmente efficace ma non invasiva, quindi diventare osteopata vuol dire avere soddisfazione lavorativa.

Perché l'osteopata rispetta l'uomo nella sua totalità, trattando mente, corpo e spirito.

Perché i trattamenti osteopatici sono efficaci in poche sedute e duraturi. In questo modo si dà la possibilità a un maggior numero di persone di potersi rivolgere all'osteopata.

Perché gli unici 'strumenti' di lavoro dell'osteopata sono le mani e il cervello (completa padronanza e gestione del mestiere, risparmio economico)

Perché l'osteopata è un professionista che segue una formazione approfondita in tutti gli ambiti sanitari e grazie a queste competenze può prendere in carico una persona sotto molti punti di vista.

Perché come afferma l'OMS “Gli osteopati sfruttano le proprie conoscenze per ottimizzare le capacità di autoregolazione e di autoguarigione dell'organismo e si basano sull'idea che un essere umano rappresenti un'UNITA FUNZIONALE dinamica nella quale tutte le parti sono interconnesse”.

Perché l'osteopata non tratta il sintomo del momento ma "ascolta" le richieste del corpo che con quel sintomo manifesta il suo disequilibrio e malessere.

Perché l'osteopata mira a ristabilire la SALUTE, intesa come integrazione tra tutti i sistemi e funzioni alla base della fisiologia di una persona.

Perché l'osteopata NON tratta solo la zona specifica del corpo che presenta il sintomo considerando l'organismo come un insieme di pezzi distinti.

L'osteopata non tratta un ginocchio, tratta la persona.

Perché in Italia sono in aumento le persone che si rivolgono all'osteopatia (il 3,6% di soggetti in una popolazione di 4,9 milioni di persone che scelgono una terapia non convenzionale si affida ai trattamenti manuali – dati ISTAT “tutela della salute ed accesso alle cure, anno 2013”) e c'è una grande richiesta e necessità di trovare osteopati validi che possano contribuire alla salute degli individui.

L'osteopata è un libero professionista sempre più ricercato, dai privati, nei centri benessere, nelle palestre, etc...

Perché un osteopata trova subito lavoro: lavora per sé, in autonomia.

Perché l'osteopata, in quanto libero professionista, è padrone del proprio tempo, dei propri risultati professionali e del proprio successo. Ha come strumento di lavoro le proprie conoscenze scientifiche, le proprie mani, la propria capacità di relazionarsi agli utenti e la propria capacità di creare e sviluppare collaborazioni.

COME SCEGLIERE UNA SCUOLA DI OSTEOPATIA

La decisione più importante è cosa fare. La seconda decisione più importante è da chi imparare a fare cosa si vuole fare.

L'Osteopatia è insegnata ormai in tutto il mondo, ma ogni scuola ha diverse strategie di insegnamento e di apprendimento che possono influenzare in modi diversi il grado di preparazione degli studenti e la loro pratica.

Che si stia cercando un ordinamento part time, a cui si accede con un titolo accademico pregresso, o full time a cui si accede con diploma di scuola secondaria di II grado, la scelta della giusta scuola di osteopatia passa per una attenta analisi dell'offerta formativa sul territorio nazionale.

Secondo la nostra interpretazione possiamo distinguere dei requisiti di base che una scuola dovrebbe possedere, utili all'integrazione di questa nel tessuto formativo nonché socio-educativo nazionale ed europeo e dei requisiti specifici che innalzano la qualità della formazione.

Linee guida internazionali ed europee per la formazione in osteopatia

Come requisito base è importante che una scuola di osteopatia segua le indicazioni emanate dell'OMS nel 2012 con il documento "[linee guida per la formazione in osteopatia](#)" e quelle del CEN ([Comité Européen De Normalisation](#) - versione italiana del 2015 "Disposizioni per i Servizi Sanitari Osteopatici") adeguando i propri ordinamenti ed i relativi programmi formativi. Di rilevanza almeno nazionale è l'adesione della scuola ad una associazione di categoria come lo è la maggiore associazione attualmente presente sul territorio ovvero il [Registro degli Osteopati d'Italia](#) (ROI) che garantisce agli allievi delle scuole

aderenti una formazione in linea con i principi dell'Osteopatia e con le direttive OMS e CEN. Valore aggiunto sarebbe la partecipazione della scuola ad un network come ad esempio l'[OsEAN](#), Osteopathic European Academic Network che promuove lo scambio di informazioni sui vari metodi pedagogici in ambito osteopatico e stimola alla migliore pratica dell'insegnamento.

Qualità della struttura e della formazione

Uno dei requisiti specifici è costituito dalle certificazioni di qualità. Queste attestano la qualità della struttura e l'adeguatezza di tutti i locali della scuola per il fine della formazione, come la certificazione ISO 9001, e anche tutti i processi interni legati alla didattica, all'insegnamento, agli esami, ai docenti ed agli allievi garantendo la qualità dello standard formativo, come la certificazione ISO 29990.

Titolo accademico

Per scegliere la scuola da seguire analizza il titolo che rilascia. Le scuole di osteopatia italiane rilasciano il titolo di D.O. ovvero Diploma in Osteopatia che consente al neo-osteopata di iscriversi al Registro degli Osteopatia d'Italia; tale titolo non costituisce però un titolo accademico universitario. Per tale motivo uno dei requisiti da valutare nella scelta di una buona scuola di osteopatia è l'accreditamento della scuola (e non la partnership, la collaborazione o il patrocinio) presso una università sita nei paesi in cui l'osteopatia è riconosciuta come professione sanitaria e insegnata nelle facoltà universitarie di osteopatia (es. UK, USA) in modo tale che la scuola possa rilasciare oltre al D.O. italiano anche i titoli di Bachelor e Master of science in Osteopathy (BSc – MSc), titoli accademici universitari con crediti ECTS universitari che permettono all'osteopata professionista di lavorare o accedere alla carriera universitaria nei paesi del commonwealth ed in quelli dove l'osteopatia è riconosciuta per legge come professione sanitaria (libera circolazione dei professionisti secondo la convenzione

di Lisbona del 1997 ratificata in Italia con la legge 148/2002).

I titoli accademici BSc ed MSc danno la possibilità in Italia di poter essere in possesso di un titolo accademico universitario nel momento in cui l'osteopatia venga regolamentata per legge.

Network professionale

Una buona scuola lascia il segno! Questo “segno” nella realtà quotidiana deve essere caratterizzato oltre che dal bagaglio formativo anche da una rete di contatti e da un ventaglio di servizi che la scuola offre a coloro che “sposano” la mission della scuola stessa. Un network formativo-professionale è ciò che una scuola dovrebbe tener vivo parallelamente ai propri corsi di formazione, una rete di condivisione e di collaborazione tra colleghi osteopati nuovi e veterani e studenti tale da poter interagire e mantenere sempre vivo l'entusiasmo di formarsi attraverso una formazione post graduate adatta alle esigenze e la voglia di lavorare al meglio attraverso la partecipazione a progetti di ricerca e perché no usufruire anche di servizi non reperibili altrove.

Avviamento alla professione

La formazione in osteopatia deve essere necessariamente affiancata da tutte quelle materie utili all'avviamento professionale: tirocinio, corsi sul linguaggio ed il comportamento con gli utenti, corsi di inglese professionale, corsi di deontologia, seminari sul tema dell'apertura degli studi di osteopatia, della partita IVA, della posizione contributiva, sul marketing e sul personal branding.

Questi corsi dovrebbero essere parte integrante dell'offerta formativa di una scuola di osteopatia che punta all'eccellenza.

Corpo docenti internazionale

Fiore all'occhiello di ogni scuola di osteopatia è il corpo docenti. Questo rappresenta il motore della formazione e la scelta migliore che una scuola possa mettere in atto è quella di avere in organico dei docenti che siano stati quanto più vicino possibile ai "maestri" dell'osteopatia, in grado di trasmettere le conoscenze. Docenti con diversi anni di insegnamento alle spalle e provenienti a loro volta da formazioni diverse assicurano alla scuola la migliore formazione in osteopatia.

Il corpo docenti dovrebbe essere affiancato da uno staff di osteopati formati come assistenti alla didattica e come tutor per il tirocinio clinico, quest'ultimo dovrebbe essere organizzato nelle strutture della scuola adatte alla ricezione di utenti esterni che desiderano affidarsi ad una equipe di osteopati per l'analisi ed il trattamento osteopatico dei loro disturbi.

La Tua scuola di osteopatia: una grande famiglia!

Tutti i requisiti descritti, uniti all'umiltà ed alla cordialità che fa di una scuola una grande famiglia che accompagna ogni allievo lungo il percorso per diventare un osteopata professionista, creano la vera eccellenza nella formazione in osteopatia.



TESTIMONIANZE

Cosa dice chi ha scelto di studiare Osteopatia

Simone (studente primo anno):

“Ho scelto di studiare osteopatia perché sono sicuro che mi farà fare quel salto di qualità che ho sempre sognato”.

Elena (studentessa primo anno):

“Ho scelto di studiare osteopatia perché vorrei integrare la mia professione di ostetrica e poter assistere le donne e i bambini anche da una punto di vista osteopatico”.

Marco (studente primo anno):

“Ho scelto di studiare osteopatia per ampliare il mio bagaglio di studi precedente (fisioterapia) e sono sicuro mi possa dare una visione più globale del corpo umano”.

Nicola (studente primo anno):

“Ho scelto di studiare osteopatia perché dopo essere stato trattato da un osteopata mi sono affascinato alla materia”.

Nicolas (studente primo anno):

“Ho scelto di studiare osteopatia perché lavorando coi bambini credo che un'assistenza osteopatica per la crescita dei bambini possa essere molto utile”.

Carmelo (studente primo anno):

“Ho scelto di studiare osteopatia perché potrebbe essere uno strumento nuovo da poter applicare in ambito sanitario oltre a quelli di mia conoscenza dal punto di vista medico e chirurgico”.

Fabrizio (studente secondo anno):

“Ho scelto di studiare osteopatia per cercare di migliorare la manualità dopo il corso di fisioterapia”.

Mirco (studente secondo anno):

“Ho scelto di studiare osteopatia perché la medicina tradizionale si limita a curare i sintomi e non la causa”.



CSOT s.r.l.
Centro Studi di Osteopatia Tradizionale

P.za dell'Enciclopedia Italiana, 50 - ROMA 00186



www.csot.it