

Organo ufficiale di Pro Chiropratica Svizzera

Come si diventa chiropratici?

Lana Strobel La chiropratica è una delle cinque professioni mediche universitarie svizzere. Lo studio della medicina chiropratica, offerto in Svizzera dal 2008, è considerato uno dei migliori al mondo. L'associazione ChiroSuisse è impegnata in attività d'informazione e divulgazione sulla professione e sul relativo percorso di studi. La studentessa di chiropratica Rebecca Reiche racconta la sua esperienza.

In Svizzera, il percorso di studi in medicina chiropratica è proposto solo dall'Università di Zurigo e ogni anno è disponibile un numero limitato di posti. Di conseguenza, in Svizzera l'offerta di prestazioni chiropratiche è insufficiente: ad esercitare la professione sono infatti soltanto circa 300 chiropratici, ovvero uno ogni 30 000 abitanti. La professione e il corso di studio sono quindi ancora relativamente sconosciuti.

Lana Strobel: Ciao Rebecca, ti ringraziamo per la tua disponibilità a parlarci del corso di studio in chiropratica. Che ne dici di presentarti?

Mi chiamo Rebecca Reiche, ho 24 anni e studio chiropratica all'Università di Zurigo. Il corso di studio dura complessivamente sei anni e io sono al quarto anno.

Perché hai deciso di studiare chiropratica?

Ho sempre saputo di voler fare un lavoro che non mi costringesse a stare tutto il giorno dietro una scrivania. Ho iniziato ad appassionarmi di chiropratica grazie ai riscontri positivi di mio

padre, che spesso notava con quale precisione raggiungessi determinati punti durante un massaggio. È stato lui a incoraggiarmi a coltivare questa mia abilità e, un giorno, mi ha proposto di accompagnarlo dal suo chiropratico: sono rimasta affascinata dal modo in cui eseguiva i trattamenti. Questa esperienza ha destato la mia curiosità e mi ha spinto ad avvicinarmi maggiormente al mondo della chiropratica.

Puoi descriverci il corso di studio in medicina chiropratica? Che cosa si studia?

La chiropratica si concentra sulla diagnosi, sul trattamento e sulla prevenzione delle patologie del sistema muscoloscheletrico, in particolare della colonna vertebrale. Durante il percorso di studi in medicina chiropratica studiamo sia l'anatomia e la fisiologia del corpo umano, sia le tecniche diagnostiche e di manipolazione finalizzate a migliorare la funzionalità delle articolazioni e il sistema neurologico. L'obiettivo primario è quello di promuovere la salute generale e alleviare i disturbi.

E come si differenzia questo percorso di studi da quello in medicina umana (ad es. per quanto riguarda il periodo di assistentato)?

Il corso di studio in chiropratica si inserisce nel corso di studio in medicina umana. Questo significa che gli studenti di chiropratica devono frequentare tutti i corsi e le lezioni e sostenere tutti gli esami degli studenti di medicina umana. I corsi di chiropratica vengono offerti come studio complementare. Durante il primo anno di studi le lezioni di chiropratica sono previste per un'ora e mezza alla settimana e in seguito raddoppiano



Lana Strobel è responsabile della comunicazione presso ChiroSuisse.

ogni anno. A partire dal quinto anno, i futuri chiropratici si separano dagli studenti di medicina umana. Il quinto anno, infatti, è a tutti gli effetti un anno di specializzazione in chiropratica, durante il quale vengono approfondite le tecniche di manipolazione, la radiologia, il dry needling ecc. Durante il sesto anno si svolge il preassistentato presso l'Ospedale universitario di Balgrist, fino all'esame federale di chiropratica. Anche il periodo di assistentato si differenzia da quello degli studenti di medicina umana. Mentre, per questi ultimi, è previsto un assistentato della durata di cinque o sei anni, il periodo di assistentato per i chiropratici dura solo tre anni. Oltre a un periodo di assistentato più breve, i chiropratici possono beneficiare di un migliore equilibrio tra lavoro e vita privata poiché non devono fare turni di notte né tante ore di straordinario.

Nello studio complementare in chiropratica vengono richieste soprattutto conoscenze teoriche o pratiche?

Fortunatamente il corso di studio in chiropratica è basato su un approccio molto pratico. Naturalmente ci sono anche parti teoriche, ma l'attenzione si concentra sull'applicazione delle nozioni apprese. Che si tratti di capire l'anatomia o la fisiologia del corpo umano o di migliorare le tecniche di manipolazione, i corsi pratici costituiscono sempre un buon bilanciamento del corso di studio in medicina umana, che è invece prettamente teorico.

Per studiare chiropratica è necessario superare il test attitudinale per gli studi di medicina (AMS). È stato difficile superare il test AMS? Come ti sei preparata?



Rebecca Reiche

Posso dire che, per me, l'AMS non è stato così semplice. L'ho superato solo al secondo tentativo. Mi sono preparata soprattutto svolgendo tante esercitazioni. Oggi sono disponibili diversi corsi e libri che permettono di prepararsi bene. Io ho preferito esercitarmi quotidianamente anziché dedicare allo studio un giorno intero una sola volta a settimana.

Che cosa fai oltre a frequentare l'università? È possibile coltivare i propri interessi e, al contempo, studiare a tempo pieno?

Tra i miei interessi ci sono la danza e l'allenamento con i pesi. Non li ho mai abbandonati completamente nemmeno durante gli anni di università. Naturalmente, a seconda della fase in cui ci si trova (soprattutto durante il secondo anno), può essere necessario ridurre il tempo dedicato alle attività del tempo libero, ma spesso lo sport e gli hobby sono fattori di bilanciamento indispensabili per poter studiare con profitto! Tra gli studenti di chiropratica ci sono diversi atleti che praticano sport a livello agonistico (dall'equitazione al salto con l'asta, al canottaggio e alla pallavolo, fino al ciclismo artistico e al triathlon) e nessuno ha dovuto rinunciare allo sport durante gli studi.

Che atmosfera si respira tra gli studenti? Ci sono associazioni studentesche? Com'è la vita da studente?

Poiché le classi di chiropratica contano circa 20 studenti per ogni anno e sono quindi poco numerose, ci si sente come in famiglia. Questo è un ulteriore aspetto che differenzia il percorso di studi in chiropratica da quello in medicina umana, dove ci si trova in un'aula insieme a oltre 500 studenti. All'interno del nostro anno ci conosciamo tutti; per questo, oltre ad aiutarci reciprocamente all'università, pratichiamo insieme anche attività extrascolastiche. La nostra associazione studentesca, l'SCS (Swiss Chiropractic Students), ci permette di consolidare questi legami. Molte attività sono organizzate direttamente da noi studenti, ad esempio il Technique Thursday, una giornata durante la quale possiamo esercitarci nelle tecniche di manipolazione sotto la guida degli studenti degli ultimi anni. Gli studenti del secondo anno possono confrontarsi sulla materia e verificare le proprie conoscenze all'interno di speciali gruppi di esercitazione e, in questo modo, superare gli esami senza difficoltà. Ma, come già detto, organizziamo anche tante attività divertenti come weekend sulla neve, cinema, spaghettonate per conoscere gli studenti del primo anno e tanto altro. Siamo anche in contatto con altre università di chiropratica nel



mondo e ogni anno partecipiamo, con alcuni nostri rappresentanti, al WCCS (World Congress of Chiropractic Students).

Come valuti questo percorso di studi?

Oltre alle persone straordinarie che ho avuto il piacere di conoscere durante il percorso di studi, apprezzo soprattutto le lezioni pratiche. Finora, la pratica ha sempre rappresentato un eccellente bilanciamento dello studio della medicina umana e ritengo sia anche molto piacevole. Naturalmente, i massaggi e le manipolazioni che allentano le tensioni causate dalle lunghe ore di studio rappresentano un enorme vantaggio.

A chi consiglieresti questo percorso di studi? Per praticare le manipolazioni chiropratiche è necessario essere di corporatura «robusta» o soddisfare requisiti particolari?

Consiglio questo percorso di studi a chi è interessato all'apparato locomotore, ama il lavoro manuale e non teme il contatto con le persone. Non è necessario avere una corporatura robusta per utilizzare le tecniche chiropratiche perché, come sug-

gerisce il nome stesso, si tratta di tecniche. Chiunque può apprendere e sviluppare, con il tempo, il proprio modo di eseguirle.

Quali sono i tuoi progetti dopo la laurea?

Dopo la laurea svolgerò sicuramente il periodo di assistentato e in seguito mi piacerebbe lavorare in uno studio medico condiviso.

Rebecca, ti ringraziamo per l'interessante chiacchierata e ti auguriamo di proseguire il tuo percorso di studi con profitto ed entusiasmo! ■

Ulteriori informazioni sul percorso di studi in medicina chiropratica:

www.study-chiropractic.ch, study-chiropractic@chirosuisse.ch,
Instagram: @chirosuisse
ChiroSuisse, la Società svizzera di chiropratica, è l'associazione professionale dei chiropratici svizzeri: <https://www.chirosuisse.ch/it>

Medicina di genere e chiropratica

Rosmarie Borle La parità di genere è una tematica che tocca tutti i settori e che alimenta un dibattito acceso soprattutto nell'uso della lingua. Ma qual è l'importanza del genere e perché infiamma così tanto gli animi? Dall'inizio del nuovo millennio, inoltre, si parla di medicina di genere e si fa ricerca su base interdisciplinare. Questa tematica è interessante anche per la chiropratica, come conferma la presidentessa di ChiroSuisse, Bea Wettstein.

Da tempo, infatti, è risaputo che le donne e gli uomini non solo si ammalano in modo diverso, ma vivono anche la malattia in modo diverso. Oggi questa consapevolezza dovrebbe orientare la medicina in modo molto più deciso che in passato. L'Università di Zurigo (UZG) è molto attiva nella discussione sulla medicina di genere, sul sito www.uhz.ch, scrive: «Il sesso biologico e il genere socioculturale influiscono sull'insorgenza, sulla progressione, sulla terapia e sulla diagnosi delle malattie. In medicina, tuttavia, le differenze specifiche di genere vengono spesso trascurate. [...] Un numero crescente di studi dimostra che, nella ricerca sulle malattie e nel relativo trattamento,

non ha più senso adottare un approccio universale. Sebbene nell'era della medicina personalizzata i piani terapeutici vengano già modellati a livello di singoli geni o di altre caratteristiche, nella letteratura specializzata e nella pratica clinica la differenza tra donna e uomo non viene quasi per nulla considerata.»

Un esempio calzante per spiegare le conseguenze di questa lacuna ce lo offre la cardiologia: «Benché l'infarto del miocardio sia considerato una malattia prettamente maschile, il rischio di morte associato a questa condizione è molto più alto per le donne che per gli uomini. Le ragioni? Maggiori difficoltà



di diagnosi e ritardo nella terapia delle pazienti di sesso femminile. Questo perché, nella ricerca, le peculiarità del cuore femminile vengono molto spesso trascurate. Basti pensare che la percentuale di donne arruolate negli studi sul cuore è pari solo al 18-24%, il che limita chiaramente la rilevanza dei risultati ottenuti.» L'importanza di questo tema è dimostrata anche dal fatto che l'Università di Zurigo ha istituito una cattedra di Medicina di genere.

La Prof. Dr. Dr. h.c. Vera Regitz-Zagrosek, Charité di Berlino, Università di Zurigo, pioniera nella ricerca sulla medicina di genere, è impegnata in prima linea in questa tematica e, nel corso di una presentazione presso l'Università di Berna nel novembre 2023, ne ha fornito la seguente definizione: «La medicina di genere, o medicina genere-specifica, studia l'influenza del genere sullo stato di salute e di malattia di ciascuna persona. Essa considera sia il sesso biologico, ossia l'influenza di geni e ormoni, sia la dimensione socioculturale, ossia, appunto, il genere. [...] Molte patologie insorgono, progrediscono e vengono trattate in maniera diversa nelle donne e negli uomini in ragione di aspetti legati al sesso e al genere. Nei libri di testo, nelle linee guida e negli approcci terapeutici, quindi, i

concetti di malattia devono essere riconsiderati in maniera specifica in base al genere.»

Nella rivista 8/2020 del Gesundheitszentrum Fricktal (AG) (gzf), in un articolo dal titolo «Le donne non sono piccoli uomini», Vera Regitz-Zagrosek spiega il principio di base della medicina di genere. «L'obiettivo primario della medicina di genere è quello di considerare il genere. E il nostro concetto di genere non è rigido perché il genere può essere declinato in tantissime forme diverse. A questo proposito, desideriamo fornire a tutte le persone transessuali e intersessuali l'assistenza migliore possibile, ossia la più personalizzata possibile. Perché la transessualità e l'intersessualità non sono malattie. Inoltre desideriamo includere le persone transessuali e intersessuali negli studi, senza pregiudizi, semplicemente per individuare le loro esigenze dal punto di vista medico.»

La medicina di genere è una corrente scientifica giovane che ha mosso i primi passi a partire dal 1990 all'interno del movimento per la salute delle donne nato negli Stati Uniti. Circa dieci anni dopo era presente parallelamente in Europa, negli Stati Uniti e in Canada. A posteriori, non si può fare a meno di chiedersi come mai ci sia voluto così tanto tempo. ■

Note legali

Direttore responsabile

Pro Chiropraktik Schweiz / Pro chiropratica Svizzera

Pubblicazione / Prezzi

Quattro volte l'anno

Abbonamento annuale: CHF 20.-. Giornale singolo: CHF 5.-

Copie autorizzate 1300

Redazione

Rosmarie Borle, Giornalista, rosmarie.borle@bluewin.ch

Forum consultivo

Dr. iur. Franziska Buob, Zürich, Dr. Peter Braun, chiropratico, Zurigo, Dr. Marco Vogelsang, chiropratico, Rainer Lüscher, Aarau, Dr. Rebecca Duvanel, La Chaux-de-Fonds, Dr. Yvonne Juvet, Buttes (chiropratici)

Internet

www.pro-chiropraktik.ch

Cambiamento d'indirizzo

Beat Uhlmann, Kappelenstrasse 43, 3250 Lyss, mutationen@pro-chiropraktik.ch

Inserzione / Pubblicità

Stämpfli Fachmedien, Wölflistrasse 1, casella postale, 3001 Bern, www.staempfli.com

Tipografia / Edizione / Distribuzione

Stämpfli Comunicazione, staempfli.com

Schiena&salute: ISSN 1661-4313

stampato in
svizzera