

■ MEDICINA COMPLEMENTARE

Risorse dell'agopuntura nell'anziano

■ **Cecilia Lucenti**

Medico agopuntore

Presidente AMI - Associazione Agopuntura Medica Integrata

Parlare di terza età significa avere di fronte una fetta enorme della popolazione italiana con bisogni sanitari specifici a cui dare risposta; e quando lo stato di salute si deteriora la spesa sanitaria cresce.

Rispetto al passato gli anziani di oggi hanno condotto vite più sedentarie e medicalizzate, fattori che inevitabilmente si ripercuotono sul loro benessere. In anni più recenti si è chiarito come alcuni farmaci, con il passare del tempo e dell'età, possono generare effetti avversi e il problema non riguarda solo gli antinfiammatori ma anche i neurolettici e gli inibitori di pompa. Utilizzare alternative non farmacologiche diventa quindi importante, a beneficio sia dei pazienti che del Servizio sanitario nazionale.

► **Miglioramento di vari parametri**

L'agopuntura nell'anziano offre una serie di risorse insperate, a cominciare dalla sua efficacia nella gestione del dolore osteoarticolare, dove storicamente eccelle e che permette di superare le fasi acute, di ridurre l'uso di farmaci e di protesi spesso evitabili.

Questo aspetto è solo la punta dell'iceberg di un trattamento che può migliorare diversi parametri: ormonali, immunitari, neurologici e circolatori e che consente una gestione atossica e rapida di molti disturbi tipici dell'anziano (insonnia, ansia, reflusso, disturbi della memoria, sindrome delle gambe senza riposo, acufeni) rappresentando un'alternativa affidabile di cura per diminuire l'uso di farmaci.

L'effetto dell'agopuntura deriva in modo riflesso dallo stimolo meccanico dei nervi e si manifesta nei diversi distretti somatici dove migliora il dolore e la disabilità ma anche, a livello endocranico, dove influenza circolazione e performance mentale. Lo stimolo distale sulle fibre di sensibilità e motricità, unito all'effetto vasomotorio centrale, è in grado di agire efficacemente su declino cognitivo, equilibrio, deambulazione e sistema vestibolare, parametri che sappiamo essere determinanti nell'influenzare un'aspettativa di vita in buona salute.

Il vero nodo non è l'efficacia, ormai comprovata dalla letteratura medica - oggi imponente per qualità e quantità - ma come riuscire a raggiungere questi pazienti.

► **Medicina di Comunità e medico agopuntore**

In Italia, nelle diverse esperienze come quella dell'Ospedale di Piti-gliano in Toscana, si è dimostrato che i pazienti anziani utilizzano senza pregiudizi l'agopuntura avendone benefici fisici, psicologici e di percezione dello stato di salute. Oggi è più che mai necessario che ci si interroghi su come inserire nella Medicina di Comunità anche la figura del medico agopuntore, che è in grado di offrire, riducendo i costi, un contributo significativo alla qualità delle cure.

L'agopuntura è atossica, priva di interazioni con altre terapie, non necessita di *setting* particolari ma solo di piccoli aghi di metallo dal costo irrisorio. Le politiche sanitarie dovranno presto accorgersi dell'efficacia di questo mezzo semplice, testato con successo da secoli ma oggi validato anche dalla letteratura scientifica che ne ha verificato la piena compatibilità con la medicina occidentale, così che i medici possano essere incentivati allo studio e all'applicazione nella loro pratica quotidiana.

Riferimento bibliografico

- Hauer K, Wendt I, Schwenk M, Rohr C, Oster P, Greten J. *Stimulation of acupoint ST-34 acutely improves gait performance in geriatric patients during rehabilitation: A randomized controlled trial.* Arch Phys Med Rehabil 2011; 92(1): 7-14.