**OSTEOPATIA E CICATRICI**

Spesse volte pensiamo alle cicatrici solo come una traccia o un segno che permane sulla cute, senza considerare a tutti quegli strati che sono stati perforati, magari da una semplice operazione, per esempio una appendicectomia. In realtà quello che succede è molto più esteso e riguarda anche tutto il sistema fasciale del nostro corpo. Prendiamo sempre in considerazione l’esempio della rimozione di una appendice. Per poterla rimuovere sono stati tagliati: la cute, il derma sottocutaneo, il sistema fasciale superficiale, la muscolatura addominale, il peritoneo e solo alla fine l’inserzione dell’appendice alla prima parte del colon. Diciamo che questa cicatrice è riportata su più livelli e non solo sulla cute.

Intendiamo cicatrice qualsiasi sostituzione o riparazione del tessuto elastico (sia esso muscolare, cartilagineo o fasciale) con un tessuto fibroso, anaelastico, il quale impedisce il normale svolgimento e scorrimento dei piani fasciali sovracitati. Si crea quindi quel fenomeno chiamato ADERENZA. Le aderenze non fanno altro che limitare il movimento intrinseco fisiologico della fascia, sollecitando il corpo, dagli strati più profondi a quelli più superficiali, a delle trazioni e, a lungo andare, sindromi dolorose e problemi nell’espressione del movimento.

Torniamo alla nostra cicatrice dell’appendicectomia. Col passare del tempo può essere causa di dolori addominali cronici, disturbi intestinali, problemi di postura, scorretta deambulazione e mal di schiena. L’osteopatia può far fronte all’insorgenza o allo sviluppo di tali condizioni cliniche tramite tecniche viscerali, articolari e fasciali con l’obiettivo di riportare in equilibrio il sistema compromesso dalle cicatrici. Questo discorso è applicabile ad ogni tipo di cicatrice: mastectomia, interventi chirurgici articolari, parto cesareo, episiotomia, isterectomia, sternotomia, colecistectomia...

Se avete quindi delle cicatrici, il mio spassionato consiglio è quello di massaggiarle spesse volte, magari con delle creme apposite (aloe o creme dermatologiche) oppure con del semplice olio extravergine di oliva. Risulta necessario allungare la cicatrice trasversalmente e longitudinalmente per combattere l’aderenza che si è creata.

Virgilio Bellobuono D.O. Bsc (Hons) in Osteopathy