

Zeitschrift: Macolin : mensile della Scuola federale dello sport di Macolin e di Gioventù + Sport

Herausgeber: Scuola federale dello sport di Macolin

Band: 51 (1994)

Heft: 4

Artikel: Sport e medicina alternativa

Autor: Liguori, Vincenzo

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-999754>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 01.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Sport e medicina alternativa

Vincenzo Liguori

La ricerca della migliore forma fisica induce molti sportivi, di punta e non, a ricercare ed a praticare nuove vie per mantenersi in salute. In caso di malattia o infortunio, diventa spasmatica la domanda di cure rapide ed efficaci, in grado di far tornare nel più breve tempo possibile alla piena efficienza fisica. La medicina e la riabilitazione hanno i loro tempi, talora, ahimè, lunghi. Forte è allora la tentazione di rivolgersi alla medicina "alternativa". Una medicina "dolce" che promette due cose che agli sportivi stanno molto a cuore: terapie non dolorose e poco impegnative e guarigione rapida. Come allora meravigliarsi del fatto che sempre più sportivi facciano ricorso a cure alternative? Il fenomeno è sommerso, ma non da meno di dimensioni difficilmente quantificabili. Si calcola comunque che un atleta su due, in caso di infortunio, affianchi alle cure tradizionali del proprio medico, uno o più trattamenti alternativi. Con quali risultati spesso non è dato sapere.

Si guarisce perché sono efficaci le terapie mediche classiche, o per il contributo della medicina "altra"? Chi può dare una risposta, quando ambedue i trattamenti sono condotti in parallelo?

Personalmente ci siamo spesso trovati confrontati con situazioni al limite del credibile. Medici omeopatici che prescrivevano, accanto al trattamento classico con il Bactrim, sostanze omeopatiche. Fisioterapisti che praticano anche l'agopuntura. Pranoterapeuti che guariscono solo con la forza delle mani, dopo aver "rimesso a posto nervi accavallati" e caviglie con legamenti rotti, con immancabile conseguente ematoma che complica il tutto.

Nel settore degli integratori le misure a disposizione di chi vuole vincere la fatica sono infinite. Per fare muscoli, fatta astrazione dalle sostanze chiaramente proibite come gli ormoni anabolizzanti, non mancano preparati che promettono mirabilie, liberamente in vendita nei vari centri fitness.

Il quadro si completa con le tante cliniche della salute sorte un po' ovunque. Abbiamo voluto allora visitare una di queste cliniche, che si trova a due passi da casa nostra, più precisamente a Breganzone, per sapere che cosa offre e che cosa promette. Al lettore giudicare.

La medicina integrata

La signora Maria, ticinese purosangue, è vedova da 27 anni. Vive in un piccolo appartamento a Lugano ed in salute, pur essendo più vicina agli 80 che ai 70, non se la passa male. Ogni anno, tuttavia, non manca di trasferirsi, armi e bagagli, alla clinica "Vita Sana", che si trova a qualche centinaio di metri da casa sua. *"Due settimane - dice - per fare la cura"*. Ed allora siamo andati a vedere in che cosa consiste questa cura, cui la signora Maria non saprebbe rinunciare.

La medicina olistica

Una sintesi efficace tra la medicina "ufficiale" e quella naturista. Questa è la filosofia della clinica biologica "Vita Sana". L'obiettivo è di essere sani, vitali ed attivi, con una cura di rigenerazione biologica-causale e preventiva. Cosa si nasconde dietro questo linguaggio un po' oscuro? Prova a spiegarcelo la drs.a Barbara Esposito, a Breganzone dal 1984, che con il dr. Bruno Gerber di Berna e la dr.sa Gysela Schneider, assicura l'assistenza medica. La medicina integrata vuole costituire una alternativa alla via isolata delle scienze naturali, senza perdersi nel labirinto della medicina naturista. Nessun rifiuto a priori, quindi, della medicina occidentale, bensì un ritorno alla natura. Meno tecnicizzazione, meno dipendenza dalla chimica, ma osservanza dei contesti biologici. Quali sono gli strumenti con cui cura? Innanzitutto la disintossicazione dell'organismo. A questa segue una dieta integrale, il rinforzo dei meccanismi di autodifesa dell'organismo con il ristabilirsi dell'equilibrio bioenergetico, e l'attivazione della rigenerazione cellulare. La terapia si avvale di una serie di trattamenti che vanno dall'agopuntura e l'omeopatia classica, alla medicina manuale ed ai massaggi, per finire con la riflessoterapia, il drenaggio linfatico, l'autoemoterapia e quella ozono-ossigeno.

Primo disintossicare

Vediamo quindi che cosa viene proposto alla signora Maria ed agli altri ospiti che occupano i 49 letti di Breganzone o, in alternativa, il nuovo

Kurhotel appena aperto ed il Kurzentrum di Bad Tarasp-Vulpera. Per cominciare un enteroclima subacqueo, con tanto di controllo di che cosa viene "lavato" dall'intestino, per eliminare le tossine dal tratto intestinale. Secondo l'opuscolo illustrativo della "Vita Sana", la nostra salute, la forza sul lavoro e la vitalità dipendono dallo stato dei nostri umori organici. La maggior parte delle malattie - sempre secondo i nostri interlocutori - andrebbero ricercate nella degradazione o nella dissociazione degli umori organici. Il tutto è aggravato da una alimentazione errata che porterebbero ben presto ad uno stato di malfunzionamento e di esaurimento del tratto gastrointestinale. Gli alimenti mal digeriti andrebbero incontro a fenomeni di decomposizione, si formerebbero incrostazioni, calcoli, gas tossici che costituirebbero un terreno ideale per lo sviluppo di microrganismi patogeni con produzione di tossine. Le enterotossine, a lungo andare, danneggierebbero il fegato e per finire tutte le cellule. Niente di meglio, allora, sostengono al "Vita Sana" che un bel clistere in una vasca colma di acqua.

La dieta, e poi ...

Una alimentazione integrale, basata su prodotti vegetali e con largo spazio ad alimenti crudi, costituisce l'altro pilastro della terapia disintossicante. Niente carne, quindi, ma cereali, legumi, soia, insalate fresche e crude, pappa di cerali integrali, verdure coltivate biologicamente. Spesso il digiuno aiuta nell'opera di disintossicazione dell'organismo. Con l'intestino bianco come un lenzuolo, si passa a ripulire il sangue. L'autoemoterapia costituisce il trattamento base. Il sangue viene prelevato al paziente, trattato con ossigeno, e reiniettato. Parzialmente "autoionizzato", il sangue libera così l'ossigeno e le altre sostanze contenute nei globuli rossi, potenziando i meccanismi di autodifesa. Lunghissima la lista - secondo "Vita Sana" - delle malattie che possono essere curate con successo. Si va dalle depressioni alle forme di artrite cronica, dall'ipertensione alle cardiopatie, dalla polmonite all'eczema, dalle anemie ai disturbi del climaterio, ulcera, psoriasi, asma, raffreddore da fieno e malattie infettive. Una variante è costituita dalla autosieroterapia, semplice, specifica o "supplementare attivata", in cui alla diluizione con soluzione fisiologica, che ne potenzierebbe l'effetto, si posso-

no aggiungere medicine omeopatiche. Secondo i disturbi lamentati dal paziente, si pratica l'agopuntura classica o la terapia delle zone di riflesso. L'obbiettivo è la ricerca di un equilibrio tra due forze antagoniste, lo *Yin* e *Yang* secondo la medicina cinese. La malattia sarebbe causata da un disturbo di questo equilibrio, che riflette le leggi dell'armonia cosmica. Ogni parte del corpo viene approvvigionata attraverso un flusso energetico che scorre in vie ben precise. Se il flusso di energia comincia ad esaurirsi, l'equilibrio vitale è disturbato e ci troviamo di fronte ad una malattia. Il medico biologico tenterà di riportare il flusso interrotto di energia nella zona energetica disturbata. Se questo tentativo riuscirà – secondo "Vita Sana" – il paziente dovrebbe essere guarito. Strumenti a disposizione sono appunto il massaggio delle zone di riflesso, il drenaggio linfatico, il training autogeno. La terapia "Revisan" che si basa sulla somministrazione di un preparato biologico, ricavato dal siero delle pecore, e contenente 20 aminoacidi. La terapia "Baunscheidt" utilizza uno speciale apparecchio ad aghi che sfioraccchia la pelle. I piccoli buchi vengono poi untati con olio irritante. Le pustole che si formano dopo 24 ore conterrebbero le tossine che dan-

neggiano la salute. Basta aprirle ed ecco assicurata una efficace depurazione. Docce ad alta temperatura, massaggi, ozonoterapia completaono il quadro delle terapie offerte agli ospiti della clinica biologica "Vita Sana". Bisogna crederci, o meglio provare per credere, ci rassicura la dr.ssa Esposito, per altro consapevole del nostro scetticismo più volte espresso e non per questo meno misurata e gentile. *"La medicina classica fa fatica a capirci – sorride sconsolata – eppure i nostri pazienti sono molto soddisfatti.* Anche la signora Maria, affezionata cliente da 27 anni, ne è convinta, come tutti coloro, del resto, che abbiamo incontrato mentre approfittavano del sole del Ticino. I prezzi, per di più, sono convenienti; da 140 a 190 franchi per persona in una camera a due letti, in pensione completa. Meno di un hôtel di media categoria. Naturalmente visita medica e terapie naturali fatturate a parte, dato che le casse malati non coprono questo genere di prestazioni (almeno di non stipulare una costosa assicurazione complementare). La signora Maria non sembra preoccuparsi di questo, mentre saltella allegra tra una doccia bollente, un massaggio ed il ristorante accogliente. Doverosamente mettiamo ora un po' di veleno in coda al nostro

articolo. Una nostra impressione. Cinque "massaggiatori" in organico, ma nessun fisioterapista diplomato. L'educazione alimentare affidata anch'essa ad una consulente non specializzata. Una dietista diplomata sarebbe stata scartata perché non sufficientemente "didattica" nel suo approccio con i pazienti. E gli alimenti? Voci di corridoio, ma assolutamente attendibili e controllate, riferiscono che gli acquisti vengono fatti alla Migros. Un po' poco per dare garanzie di cibi integrali coltivati biologicamente. Diamo attualmente ai colleghi che lavorano alla "Vita Sana" di lavorare seriamente e professionalmente, credendo in quello che fanno, e di aver fatto il possibile per fugare i nostri dubbi. La signora Maria, sicuramente, non pare nutrirne. ■

Clinica biologica "Vita Sana"
6932 Breganzona-Lugano - Ticino,
tel. 091/56 48 71

Centro di cura
"Vita sana"
7552 Bad Tarasp-Vulpera,
tel. 084/9 14 17

Albergo di cura
"Vita Sanotel"
6932 Breganzona-Lugano - Ticino,
tel. 091/56 03 41



Per la prima volta nella storia della formazione di maestri di sport SFSM, tutti gli studenti dell'attuale ciclo hanno preso parte alla maratona engadinese di sci di fondo. I nostri partecipanti hanno raggiunto Zuoz fra 1h40' e le 3h 44'. Complimenti a tutti (Caricatura di Jürg Spahr; Basilea 1985).