



Capriasca
Ambiente



Medicina popolare
La medicina della nonna

Conferenza
giovedì 16 febbraio alle ore 20.15 presso il
Centro sociale Tesserete

Le principali tipologie di medicine

[Medicina ufficiale \(accademica\)](#)

[Medicine alternative](#)

[Medicine tradizionali e di altre culture](#)

[Medicine complementari](#)

[Naturopatia](#)

[Medicina popolare](#)

[Fitoterapia e rimedi popolari](#)

Prima di precisare cosa si intende con i termini *medicina popolare* e *rimedi popolari* si considera l'eterogeneità delle forme di medicine presenti oggi nella nostra società.

Con *medicina* si intendono le attività e le pratiche volte a rimediare delle condizioni umane ritenute malsane, malate, ecc. Si può leggere dietro questa definizione, il tentativo di mitigare i dolori o far sparire degli stati ritenuti di malessere. Si parla di malattia in riferimento a uno stato che impedisce l'ordinario funzionamento del corpo per un certo periodo.

In genere con il termine *medicina* si intendono vari aspetti legati tra loro¹:

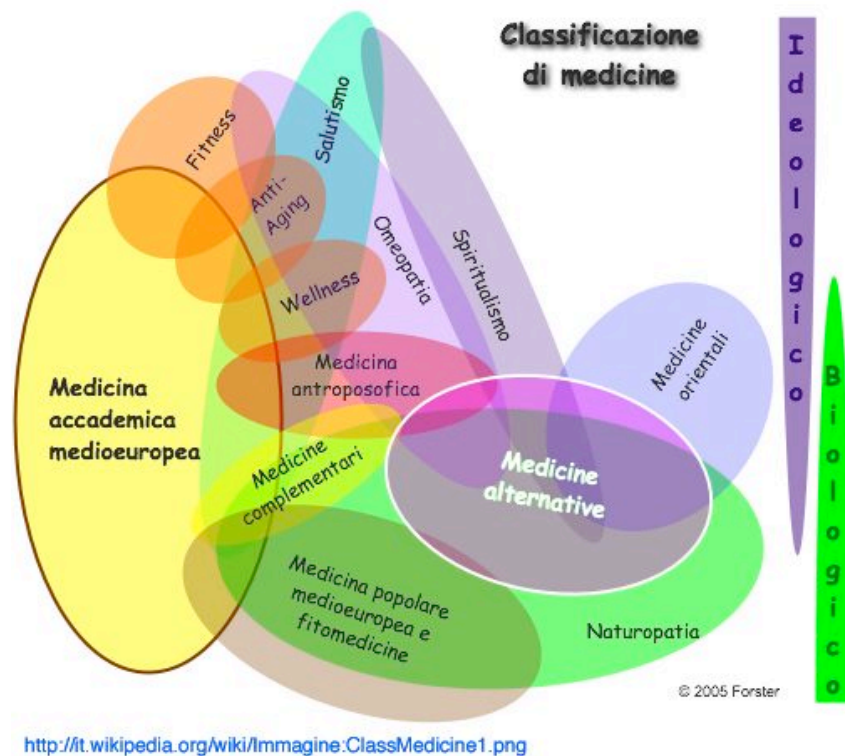
1. Il farmaco o medicinale.
2. L'insieme delle discipline scientifiche che, studiando la fisiologia e le patologie, si occupano della salute delle persone o animali.
3. La pratica professionale dell'arte medica da parte di una persona (medico) che ha conseguito un titolo accademico riconosciuto legalmente.
4. Lo studio e la prevenzione di patologie legate a un particolare contesto sociale (medicina del lavoro, medicina delle comunità, medicina sportiva, ecc.)
5. L'applicazione delle conoscenze mediche in particolari campi, non direttamente correlati alla salute di individui o comunità (medicina legale).
6. La pratica di discipline di cura alternative, non riconosciute ufficialmente, vedi medicina alternativa.

Sin dai tempi remoti esistono delle pratiche, dei tentativi di cura a livello individuale. Con l'evoluzione della civiltà si è creata la professione di medico come la conosciamo oggi. In passato vi erano altre forme di professioni quali il medico della città (con compiti di vigilanza sulle epidemie, diagnostico, responsabile dell'igiene pubblica, ecc.); il chirurgo (soprattutto militare); il cavadenti; il mastro balneare; la levatrice; l'erborista; il farmacista, ecc.

¹ Cfr. <http://it.wikipedia.org/wiki/Medicina>

Con il termine *medico* oggi nella nostra società si designa il professionista che si occupa della salute umana prevedendo, diagnosticando e curando le malattie. Egli detiene un titolo di studi accademici, tale certificato funge da garanzia pubblica di conoscenze e competenze.

In senso ampio si possono distinguere diverse forme e pratiche mediche, in particolare: *la medicina ufficiale o accademica; le medicine alternative; le medicine tradizionali e di altre culture; le medicine complementari; la naturopatia e la medicina popolare*².



1. La medicina ufficiale (o accademica)

Nelle nazioni industrializzate la medicina ufficiale è insegnata nelle università e nelle strutture paramediche; è praticata in: ospedali, cliniche psichiatriche, studi medici, servizi psicosociali e paramedici. E' gestita da regolamenti e leggi federali, cantonali e corporative.

La medicina occidentale moderna è sommariamente basata sulla scienza biologica e sull'evidenza sociale.

Le regole di applicazione sono severissime e lasciano poca libertà individuale, tenuto conto anche dell'importante fattore sociale ed economico che la medicina rappresenta. Essa si presenta come un complesso sistema di corporazioni, i cui principali attori in Ticino sono:

- il Dipartimento della sanità e della socialità;

² La stesura di questo testo si avvale di molte voci tolte dall'Enciclopedia libera it.wikipedia.org, voci che Peter Forster ha contribuito a redigere.

- le professioni mediche, paramediche, farmaceutiche e le industrie;
- le casse malati e assicurazioni varie;
- in piccolissima parte gli operatori di medicina tradizionale, popolare, alternativa e complementare, naturopati.

2. Le medicine alternative

Vengono comunemente definite medicine alternative, le medicine e le terapie che non sono ufficiali.

Di fatto sarebbero invece delle medicine che si basano su principi, concetti, modelli, ideologie non compatibili con le scienze moderne (“altri” concetti medici, religiosi, culturali, ideologici, insegnati nelle scuole specializzate e applicati da liberi professionisti e da alcuni medici). In genere si tratta di estratti di medicine di altre culture e di medicine tradizionali.

3. Le medicine tradizionali e di altre culture

Si intende quel sapere medico tramandato nelle diverse culture e applicato da medici, paramedici e liberi professionisti.

In ogni società umana esiste una cultura del curare (ogni madre soffia sulla ferita del bambino per alleviarne il dolore, accarezza il volto del febbricitante, mormora delle parole consolatrici, prepara intrugli, sovente prima di rivolgersi agli addetti, alle persone con esperienze, tradizioni e insegnamenti specifici).

Il substrato di ogni medicina tradizionale è il sapere curativo popolare. I metodi, le tecniche e anche i rimedi sono un bagaglio culturale, anche se le spiegazioni possono sembrare sovente ridicole, superstiziose e ideologiche.

Tutte le culture possiedono questi saperi, tramandati da generazioni. Si parla infatti di medicine tradizionali spesso in riferimento a sistemi medici di varie culture che si fondano su saperi trasmessi, per esempio la medicina tradizionale cinese (confuciana); la medicina ayurvedica (induista); la medicina tibetana (buddhista) e la medicina tradizionale araba (islamica) e la medicina tradizionale europea (cristiana).



Le tradizionali terapie mediche, non solo europee, ma appartenenti un po' a tutte le culture sono ad esempio: le terapie di luce e suono; le terapie di aria e respiratorie; le terapie di acqua, calore, freddo; le terapie di movimento, postura e le terapie dietetiche (nutritherapie).

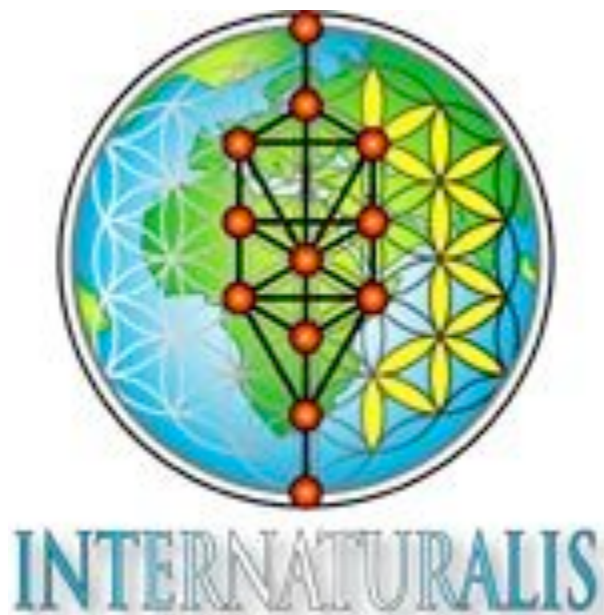
In questo contesto si sono sviluppate specifiche tecniche mediche europee come:

- terapie umorali nella tradizione di Galenus
- terapia costituzionale (Aschner)
- medicina antroposofica (Steiner)
- terapie di riflesso
- terapie devianti e ablative
- terapie con varie sostanze (fitoterapie europee, terapie con sostanze molecolari, ecc.
- omeopatia (Hahnemann) e simili
- neuralterapia iniettiva (Huneke)

Una parte di queste medicine (per esempio l'omeopatia, la medicina antroposofica, la neuralterapia) è integrata nel sistema sanitario, a condizione di rispettare determinate regole (studio accademico, approvazione, riconoscimento casse malati, ecc.). In breve: se praticata da un medico dottore.

4. Le medicine complementari

Si intendono tutte quelle discipline terapeutiche di concezione "olistica" che operano sui disagi e i disturbi della persona. I terapeuti complementari e i loro clienti sono dell'avviso che bisogna aggiungere qualcosa alle terapie ufficiali, ritenute sovente incomplete.



Il termine complementare verte a sottolineare gli intenti che queste discipline perseguono: intenti che non vogliono essere alternativi alla medicina ufficiale, bensì esserne un supporto.

La medicina complementare, attraverso numerose tecniche tratta la soggettività dell'individuo, lasciando l'oggettivazione prettamente scientifica alla medicina ufficiale (cura del sintomo patologico). Le terapie complementari si occupano principalmente del benessere e della qualità di vita della persona, curandolo affinché il suo organismo ristabilisca e mantenga lo stato naturale di equilibrio.

5. La naturopatia

La medicina naturopatica o naturopatia è la pratica in cui si utilizzano rimedi "naturali" al fine di mantenere o ristabilire la salute di un paziente.

Esistono due gruppi, definiti naturopati, in continuo conflitto tra loro, essi sono i naturopati tradizionali e i medici naturopati (o medici naturisti).

I naturopati tradizionali



Si autodefiniscono seguaci di tradizioni curative antenate. Lasciano volentieri alla medicina ufficiale la cura di traumi, disordini genetici e congeniti, infezioni, neoplasmi e tutte le malattie e i disordini acuti. Si astengono dal fare diagnosi.

Si autodefiniscono per questo motivo complementari oppure olistici e usano svariate tecniche e metodi alternativi (spesso non compatibili con i nostri concetti biologici). Il naturopata tradizionale applica diete e pratiche del "modo di vivere", combinato con l'uso di erbe, del lavoro corporeo ed esercizi spirituali e mentali).

Lavora con persone che desiderano reimpostare la loro salute e non (o in misura minore) con ammalati clinici. Inoltre usa rimedi non specifici per determinate patologie. Del resto non è possibile abbinare specifiche tecniche curative perché trattandosi di liberi professionisti, ognuno fa e inventa ciò che gli pare.

I medici naturopati (o medici naturisti)



Hanno una licenza o un certificato basato su studi di medicina biologica occidentale. Curano prevalentemente malattie e disagi cronici e banali e disturbi psicosomatici. I loro strumenti terapeutici sono prevalentemente: la fitoterapia; l'aromaterapia; le manipolazioni corporee (per esempio osteopatia); le nutriterapie (ad esempio terapie con integratori alimentari); l'idroterapia; l'omeopatia classica o complessa; la farmacologia occidentale; l'agopuntura (in alcuni casi).

Di seguito si presentano alcune **massime basilari di naturopatia**: sostenere le forze auto-guaritrici dell'organismo; identificare e curare la causa del disagio o della malattia; *primum nihil nocere* (naturopati tradizionali) oppure *il minor danno* (medici naturopati); curare la persona e non la malattia; **fungere da insegnante della salute; prevenire le malattie.**

6. La medicina popolare

Si definisce medicina popolare l'insieme delle pratiche paramediche e mediche delle quali si serve la gente per curare i piccoli malanni e per sopperire ai bisogni sanitari familiari senza ricorrere alla medicina accademica.

La medicina popolare (contemporanea, della nostra cultura) è il modo con cui le persone (senza particolare istruzione sanitaria) affrontano i propri danni e malanni. In maniera riduttiva spesso si parla di "automedicazione", anche se non si tratta unicamente di medicazione, bensì praticamente di tutte le "medicine" e "terapie complementari e alternative".

L'impresa di un autointervento (per esempio mettersi a letto e prendere un'aspirina o recarsi dal terapeuta per farsi liberare un nervo accavallato) della persona colpita, è giudicata grossolanamente secondo i seguenti criteri (scala di valori):

- Funziona? e quali effetti collaterali ha? oppure qual è il male minore?
- E' gratificante? oppure "il Santo vale la candela"?
- Rende dipendente? (secondo le esigenze di autonomia e sicurezza)
- È plausibile? (secondo la concezione del mondo).

A partire da questi criteri ognuno tenta prima di aiutarsi da solo. Probabilmente il proprio farmacista o erborista contribuisce all'aiuto (secondo la concezione medica del paziente). Può anche trattarsi di un conoscente che "se ne intende". Vi sono inoltre fornitori di prodotti per l'automedicazione, per la salute e la prevenzione... con i relativi supporti pubblicitari.

Da tenere presente il fatto che le medicine popolari in genere si caratterizzano per:

- l'utilizzo di conoscenze funzionali, plausibili, evidenti, di tutto ciò che è a portata di mano (in questo senso sono pragmatiche);
- la diffidenza nei confronti delle ideologie (anche scientifiche), servendosi invece sia della medicina ufficiale, sia di quelle alternative sia di quelle tradizionali.

Queste forme di medicina non si interessano tanto di idee e concetti scientifici o altri ma piuttosto seguono criteri pragmatici nelle cure. Da noi è andata un po' persa l'abitudine

di far riferimento alle “medicine popolari”, il cui apprendimento avviene in genere per tirocinio.

Se non “funziona”, o se le attitudini ambientali e sociali sono troppo controverse, si fa ricorso al medico e alla medicina ufficiale (in questo senso la medicina accademica viene vista come complementare alla medicina popolare).

La Croce Rossa tramite i suoi corsi e i Samaritani si dedicano alla sua istituzionalizzazione.

Fitoterapia e rimedi popolari

La medicina ufficiale è riuscita a controllare le malattie infettive con l'invenzione degli antibiotici e con le vaccinazioni. Malattie come la tubercolosi, il vaiolo o la poliomelite sono diventate molto rare oggi nella nostra regione.



Per le infezioni banali, invece, come la tosse, il catarro, l'influenza o più gravi come l'epatite o l'AIDS o tante altre non c'è finora “rimedio ufficiale” che tenga. Le infezioni come l'otite, la sinusite, la cistite possono essere combattute ma spesso con poco successo. Alcuni preparazioni, ottenute con l'impiego di piante (rimedi di medicina popolare: specialmente gli oli eterici che le piante producono per la propria difesa contro batteri, virus e miceti) sono ottimi rimedi per le infezioni banali.

Nella cura di banali infezioni, si riscontra successo dunque con la **fitoterapia**.

La fitoterapia è una terapia condotta con elementi vegetali su delle malattie umane. Come materiale di base si utilizzano delle piante ed erbe, rispettivamente alcune loro parti, che si raccolgono e si elaborano per la loro conservazione. La loro specifica preparazione, i dosaggi e combinazione le trasforma in rimedi che vanno alla fine applicati esternamente sulla pelle o sulla mucosa oppure ingerite.

Per le infezioni gravi ci vuole la medicina ufficiale e spesso si ha poco successo.

Le malattie di orecchie, naso, gola, bocca (otorinolaringoiatria) sono spesso delle

infezioni “banali” perché non mettono in pericolo l’esistenza o il funzionamento lavorativo ma sono fastidiose, perché impediscono la respirazione, il gusto, l’olfatto e mettono di malumore. Vi sono alcuni rimedi fitoterapici “casalinghi”, utili in questo senso, ossia che si possono preparare facilmente a casa, per altri invece occorre consultare un buon farmacista.

Anche per slogature, piccole ferite, bruciature, vi sono rimedi utilizzati in medicina popolare che danno ottimi risultati. E’ possibile imparare come preparare alcuni di questi rimedi, vale a dire costruirsi una piccola “farmacia casalinga” per malattie banali, preparando rimedi popolari come tinture, emulsioni, pomate.

Enciclopedia di Medicina Popolare

[Novità](#)

[Forum](#)

Amministratrice: Bianca Buser, v. Tesserete, 6953 Lugaggia, + 41 91 943 57 93 bianca.buser@bluewin.ch

Redattore: Peter Forster, v. Castelrotto 18, 6600 Locarno, +41 79 620 48 61 pforster@nikko.ch

Programma	Corso MmP	Seminari	Conferenze		Lucidi	Dispense	Strumenti
Novità		Forum		Studio	Vari	Webmaster	HOME
Scopo	Struttura		Collaboratori	Colleghi	Impressum	Amministrazione, Recapiti	

Cc by P. Solcà & B. Buser, nd-2.5-it
 Except where otherwise noted, this site is licensed under a [Creative Commons Attribution 2.5 License](#).