

La Medicina Convenzionale continua ad ignorare in modo sorprendente gli aspetti economici legati all'uso delle Medicine Complementari e ciò nonostante gli ultimi decenni siano stati caratterizzati dall'adozione di strategie di risparmio all'interno dei sistemi sanitari di tutto il mondo, soprattutto da quando le economie occidentali attraversano un periodo di profonda crisi economica. Eppure già alcuni anni fa Christopher Smallwood, per conto della Fondazione del Principe Carlo d'Inghilterra, in una indagine condotta in alcuni ospedali del Regno Unito aveva dimostrato che nei gruppi di pazienti nei quali alla Medicina Convenzionale veniva affiancato l'uso delle CAM, si verificava un risparmio per il Sistema Sanitario dell'ordine del 30-40% : la contestazione a questi dati da parte di Ernst faceva riferimento alle sole discipline (agopuntura e osteopatia) in cui il costo maggiorativo è evidentemente legato alla parcella dell'operatore. Uno studio recente condotto in Germania confrontando la spesa sanitaria per i pazienti seguiti da medici che praticano soltanto la medicina convenzionale e medici che usano oltre alla medicina convenzionale anche le CAM (sono state considerate l'omeopatia, l'Agopuntura, l'Antroposofia) mostra un risparmio medio di circa il 10%, soprattutto per l'Antroposofia, e in uno studio pubblicato recentemente e condotto nella ASL di Lucca, si dimostra che i pazienti curati con l'Omeopatia costano mediamente il 30% in meno. L'elenco degli studi con queste conclusioni è lungo e va probabilmente al di là del nostro scopo, ma, in riferimento all'omeopatia, vale la pena di sottolineare i risultati ottenuti in Francia, a Lione, controllando un gruppo di circa 500 bambini con affezioni delle alte vie aeree nei quali il singolo episodio acuto viene a costare, se curato con farmaci omeopatici, 88,00 euro vs 99,00 e analogamente, in un centro medico Londinese, i pazienti curati con l'omeopatia risolvono i propri episodi di malattia risparmiando, ovviamente in modo diverso in base alla gravità del quadro, da 12 a 700 sterline (media 60 sterline). Paradossalmente invece la esclusione delle CAM dalla sanità pubblica viene in genere giustificata in quanto comporterebbe un aggravio di spesa a scapito di terapie più efficaci che sarebbero penalizzate da una riduzione del budget a disposizione. Ma sicuramente più importante del semplice riscontro economico risulta il concetto relativo al miglioramento degli indici di Qualità di Vita; viene in mente il quadrilatero della salute di Platone: cibo, riposo, esercizio fisico e serenità sono in definitiva i concetti che stanno dietro all'approccio integrato alla malattia. In che misura delle opportune regole di vita contribuiscono al superamento delle fasi di malattia? Forse un dato preciso non l'abbiamo a disposizione ma è esperienza di ognuno e cognizione diffusa che fattori ambientali sfavorevoli e modelli di vita scadenti contribuiscono in larga misura al determinismo delle malattie, soprattutto di quelle di tipo cronico che rappresentano l'argomento di maggior interesse nello sviluppo e nella organizzazione di un sistema sanitario adeguato. Ogni progetto in ambito di politica sanitaria deve tener conto di questi aspetti e l'OMS per valutare l'efficienza di un sistema sanitario considera tre parametri, risultati in termini di salute, equità e risposta alle aspettative del paziente, obiettivi il cui raggiungimento non è legato soltanto al livello della prescrizione terapeutica, ma, e forse soprattutto, all'atteggiamento mentale e alla possibilità di applicare delle regole coerenti nella vita di tutti i giorni. Che senso avrebbe continuare a fare diagnosi e a prescrivere terapie se non ci fosse una contemporanea attenzione alla correzione di abitudini incongrue? Questo concetto in modo elementare lo ritroviamo nei vecchi testi di terapia omeopatica, nei passaggi in cui si consiglia di evitare certi alimenti e certe bevande e dietro le considerazioni sul modello psorico o luesinico sono chiari i riferimenti ai danni derivanti dall'uso di sostanze farmacologiche o di alcol, e quanto una giusta condotta delle proprie abitudini può agire in senso terapeutico o, ancor meglio, preventivo. Le medicine complementari in generale e l'omeopatia in particolare rivolgono particolare attenzione a questi aspetti. Sono sorprendenti i dati derivanti da uno studio condotto retrospettivamente su circa 150.000 pratiche di una compagnia di assicurazioni olandese, dai quali si evidenzia, per ogni assicurato che fa ricorso alle terapie complementari, un risparmio medio del 7% (circa 140,00 euro ogni anno) ma, soprattutto, in generale un miglioramento degli indici di qualità di vita e una riduzione della mortalità che oscilla tra 0 e 30% a seconda della situazione clinica !!

Gli stessi concetti li troviamo in un documento emesso recentemente dal Center for Disease Control and Prevention, in cui viene affrontato l'argomento delle malattie croniche e di come un miglioramento degli stili di vita può

---

contribuire a migliorare la possibilità di controllo su di esse. In particolare possiamo segnalare , tra le malattie croniche, le neoplasie, il diabete, le malattie cardiovascolari.

La medicina integrata, intesa come la possibilità da parte del medico di incrementare le risorse individuali del paziente al recupero dell'omeostasi e al completamento del processo di guarigione, si basa sull'impiego di modelli terapeutici di vario tipo, anche non farmacologico, e sul ricorso alle CAM. Tra gli interventi di tipo non farmacologico assume rilevanza la correzione di stili di vita inadeguati. Un'alimentazione corretta, una sana attività fisica, il controllo dello stress, una corretta abitudine al sonno, l'eliminazione del fumo, dell'alcol, evitare per quanto possibile l'uso di farmaci e gli effetti collaterali collegati a tale uso, possono avere importanti conseguenze a livello del metabolismo, presumibilmente attraverso meccanismi di tipo epigenetico : oramai è noto come l'espressione genetica di un individuo può essere modificata per processi di tipo biochimico sui loci genici responsabili , ad esempio, del controllo delle malattie; uno dei meccanismi più studiati è quello della metilazione, attraverso di essa alcuni geni deputati al controllo di processi metabolici e in grado di provocare lo stato di malattia, perderebbero tale capacità di controllo, favorendo la insorgenza del quadro morboso. Questo meccanismo viene studiato nell'ambito dell'epigenetica e spiega ad esempio come mai le radiazioni, il fumo di sigaretta, lo smog, lo stress emotivo etc..sono in grado di provocare malattie di tipo cronico, come le neoplasie, le malattie autoimmuni, le malattie cardiovascolari. Lo stesso prolungamento della vita è attribuibile ad un effetto epigenetico dovuto alla azione della telomerasi, un enzima che è in grado di modificare le strutture telomeriche dei cromosomi consentendo tale effetto.

Il controllo dello stress è in grado di migliorare probabilmente il decorso di tutte le malattie croniche e, per molte di esse, tale effetto è stato dimostrato ; la meditazione trascendentale è in grado di ottenere effetti positivi sulla attività cardiaca in modo di ridurre notevolmente l'incidenza delle malattie cardiovascolari. A tale proposito va citato come l'American Heart Association, nel 2006, ha evidenziato come il ricorso ad un approccio medico di tipo integrato è in grado di prevenire notevolmente l'incidenza di malattie cardiovascolari, calcolando che dei 10 miliardi di dollari spesi ogni anno per interventi di angioplastica e di by pass coronarico, se ne potrebbero risparmiare una buona parte. Un articolo comparso su The Lancet nel 2004 conferma come prevenibili il 90 % delle malattie cardiovascolari e, in un altro articolo comparso su The Journal of Internal Medicine, si afferma come la spesa per prevenire il Diabete Mellito nei soggetti a rischio si riduce ad un terzo applicando la Medicina Integrata.

Quindi non può sorprendere che un intervento di tipo integrato, riuscendo a ridurre l'uso di farmaci grazie alla possibilità di sfruttare le risorse autonome dell'organismo, possa comportare un risparmio effettivo di spesa sanitaria e con una corretta impostazione delle abitudini di vita possa contribuire in modo rilevante alla prevenzione delle malattie croniche e alla riduzione della mortalità ad esse dovuta.