FOCUS: IL PERCORSO VASCOLARE

I disturbi che colpiscono gli arti inferiori sono numerosi e la maggior parte di essi, se non vengono trattati, possono causare la comparsa di inestetismi e patologie anche serie. Tra queste ricordiamo ad esempio la pannicolopatia edematofibrosclerotica (cellulite), le teleangectasie, le varici e altre affezioni che compromettono la bellezza e il benessere delle gambe. Le principali manifestazioni che colpiscono le gambe sono riconducibili a problemi di carattere circolatorio che, a detta degli esperti, risultano in sensibile aumento soprattutto nelle razze bianche. Le cause di questo fenomeno, probabilmente, dipendono da alcune abitudini di vita tipiche della società moderna, tra cui:

- sedentarietà;

- abbigliamento (pantaloni stretti, tacchi alti e calzari che comprimono i piedi e le gambe rendendo ancora più difficile il ritorno venoso);

- aumento di peso alternato a diete drastiche;

- alimentazione ricca di grassi e povera di fibre, vitamine e oligoelementi;

- assunzione costante e protratta di anticoncezionali;

- stress, ansia e altre situazioni psicologiche cha aumentano la produzione di mediatori chimici dannosi per la circolazione;

- fumo, alcol e assunzione di sostanze che danneggiano la struttura dei vasi sanguigni e linfatici.

Non bisogna poi dimenticare che i disturbi circolatori dipendono in larga misura da fattori di natura costituzionale (genetica, sesso, razza).

Molte patologie venose decorrono in maniera asintomatica anche per parecchio tempo, per poi aggravarsi rapidamente fino a diventare irrisolvibile. Per questo l’individuazione precoce di eventuali alterazioni circolatorie a livello degli arti inferiori e l’adozione di strategie preventive di carattere dermocosmetico, comportamentale e nutrizionale rappresentano sicuramente un valido aiuto per contrastare l’insorgenza di manifestazioni anche gravi. . .

Tra i principali segnali da tenere in considerazione per rilevare la presenza di eventuali problemi circolatori:

- gambe gonfie, pesanti e stanche;

- piedi gonfi che entrano a fatica nelle scarpe;

- formicolii e sensazioni dolorose a livello delle caviglie e dei polpacci.

- comparsa di teleangectasie e varici.

Negli ultimi anni il mondo del benessere e del termalismo ha messo a punto trattamenti specifici per la prevenzione e il trattamento dei disturbi che colpiscono gli arti inferiori. Tra questi, il percorso vascolare rappresenta sicuramente uno dei metodi più utilizzati nelle stazioni termali, ma anche nelle sempre più numerose Spa.

Per capire il razionale fisiologico di questa importante tecnica abbiamo intervistato un grande esperto in materia, nonché colui che per primo lo ha messo a punto: il Prof. Aspero Lapilli, specialista in chirurgia generale e vascolare, docente presso l’Università di Pisa e generai manager dell’Helvetia Spa & Beauty.

Da chirurgo vascolare a manager del benessere: quali sono le principali tappe della sua carriera?

“Quando mi sono laureato già lavoravo come interno presso la clinica chirurgica dell’Università di Bologna, diretta dal Prof. Possati e successivamente dal Prof. Gozzetti. Era il 1973 e a quei tempi la mia passione era la chirurgia ricostruttiva, ma la grande clinica mi assorbì nel gruppo di chirurgia vascolare e iniziai una lunga serie di esperienze di lavoro in Italia e all’esteri, in particolare in Belgio e a Denver (Colorado) dal Prof. Starlz, il padre dei trapianti nel mondo. Contemporaneamente ebbi l’occasione di lavorare come medico termale nel mese di luglio 1973/1974 presso le terme di Porretta, già allora in grande espansione e conosciute in Italia e in Europa, per la qualità delle acque, ma soprattutto per gli stretti legami con l’università di Bologna e quindi con la ricerca innovativa. Iniziò così una collaborazione continuativa tra clinica chirurgica, gastroenterologia, ginecologia, ortopedia e pneumologia del Policlinico S.Orsola. In particolare avviai un ambulatorio per le patologie vascolari tipiche degli arti inferiori e iniziò così la mia esperienza nel settore termale che portò negli anni successivi, ad occuparmi del benessere dell’individuo a 360 gradi. ..”

Come é nata l’idea del percorso vascolare?

“Nel 1976 le terme di Porretta decisero di rinnovare tutte le strutture termali, introducendo un concetto rivoluzionario: le piscine termali riabilitative come punto di forza per il termalismo futuro. Dopo un viaggio di studio in un centro di riabilitazione austriaca iniziai a mettere a punto i primi percorsi vascolari, che nacquero dall’applicazione di alcuni principi di idrodinamica dal tradizionale metodo Kneipp (doccia o immersioni in acqua calda e fredda). Costruimmo così due vasche per la deambulazione in acqua termale con la variazione di temperatura dai 34 ai 24°C e inaugurammo, nel 1978, il primo prototipo del percorso vascolare.

Quali sono le differenze dal percorso Kneipp e quali i principali benefici?

“Le sostanziali differenze tra il metodo Kneipp e il percorso vascolare consistono nell’aver creato due vasche parallele (lunghe 8 metri, profonde 80 cm e larghe altrettanto) con acque termali salsobromoiodiche a temperatura variabile e con la presenza a livelli diversi di idrogetti con aria ozonizzata a pressione variabile (dal basso verso l’alto). Il pavimento delle vasche é riempito con sassi rotondi di fiume appositamente sezionati che contribuiscono a creare un effetto “spremitura” a livello della pianta del piede. La dearnbulazione a cui viene sottoposto il paziente, unita all’altezza della colonna d’acqua di 80 cm (principio di Archimedé), alla variazione di temperatura (metodo Kneipp), all’acqua termale salsobromoiodica (ad effetto antinfiammatorio e rnlorilassante), agli idrogetti e al selciato di sassi rotondi, permette agli arti inferiori di ricevere un trattamento più completo, che porta alla riduzione degli edemi e delle infiammazioni tipici dei disturbi degli arti inferiori. Numerosi studi, effettuati con l’ausilio del doppler e di esami chimici, hanno dimostrato che l’applicazione dinamica e contemporanea dei diversi principi che concorrono nel percorso vascolare favoriscono un più rapido ritorno venoso e linfatico, favorendo il riassorbimento dei liquidi interstiziali e contrastando la pesantezza degli arti inferiori e la comparsa di crampi muscolari. Il programma riabilitativo giornaliero prevede 20 minuti di attività nelle vasche, seguiti da 10 minuti di relax in scarico degli arti inferiori; nei casi più gravi si consiglia l’utilizzo, immediato e successivo, di tutori elastici che aiutano a mantenere nel tempo i risultati ottenuti. Il ciclo comprende 12-15 sedute da ripetersi possibilmente due volte all’anno: il primo ciclo con i primi caldi e il secondo ciclo in autunno)”

Qual’é l0 stato dell’arte del percorso vascolare e quali sviluppi si prevedono?

“Sono trascorsi oltre trent’anni da quel fatidico 1978 e i percorsi vascolari sono esplosi nel mondo della riabilitazione e del benessere, tanto da spuntare come funghi in ogni centro termale, in ogni centro benessere e in centinaia di palestre e spa cittadine. Tuttavia, spesso questi percorsi non tengono conto delle indicazioni e degli studi che abbiamo realizzato e molti di essi manifestano differenze nell’architettura e nel funzionamento, che possono comprometterne l’efficacia. L’evoluzione delle vasche non ha portato sostanziali modifiche nei risultati del trattamento, anche perché spesso l’interpretazione dei principi di idrodinamica e della chimica delle acque sono stravolti da persone che non possiedono la giusta cultura medica riabilitativa. Sono interessanti gli sviluppi talasso- e haloterapici, che sfruttano l’azione dell’acqua salata. L’acqua marina (ricca di cloruro di sodio), così come l’acqua termale sulfurea salsobromoiodica (ricca di zolfo, sodio, bromo e iodio), favorisce ulteriormente il riassorbimento dei liquidi interstiziali e l’eliminazione degli accumuli edematosi, soprattutto a livello degli arti inferiori. Nella costruzione dei percorsi vascolari si può lavorare sull’architettura, giocando con i materiali, con i colori, con le luci e creando ambienti particolarmente coinvolgenti: l’importante é rispettare i principi di base e le caratteristiche tecniche sopra elencate. Il mio grande rammarico è di non aver depositato un brevetto negli anni ’70, che certamente avrebbe uniformato la creazione dei percorsi vascolari nel mondo e probabilmente mi avrebbe portato un grande “benessere economico” …”