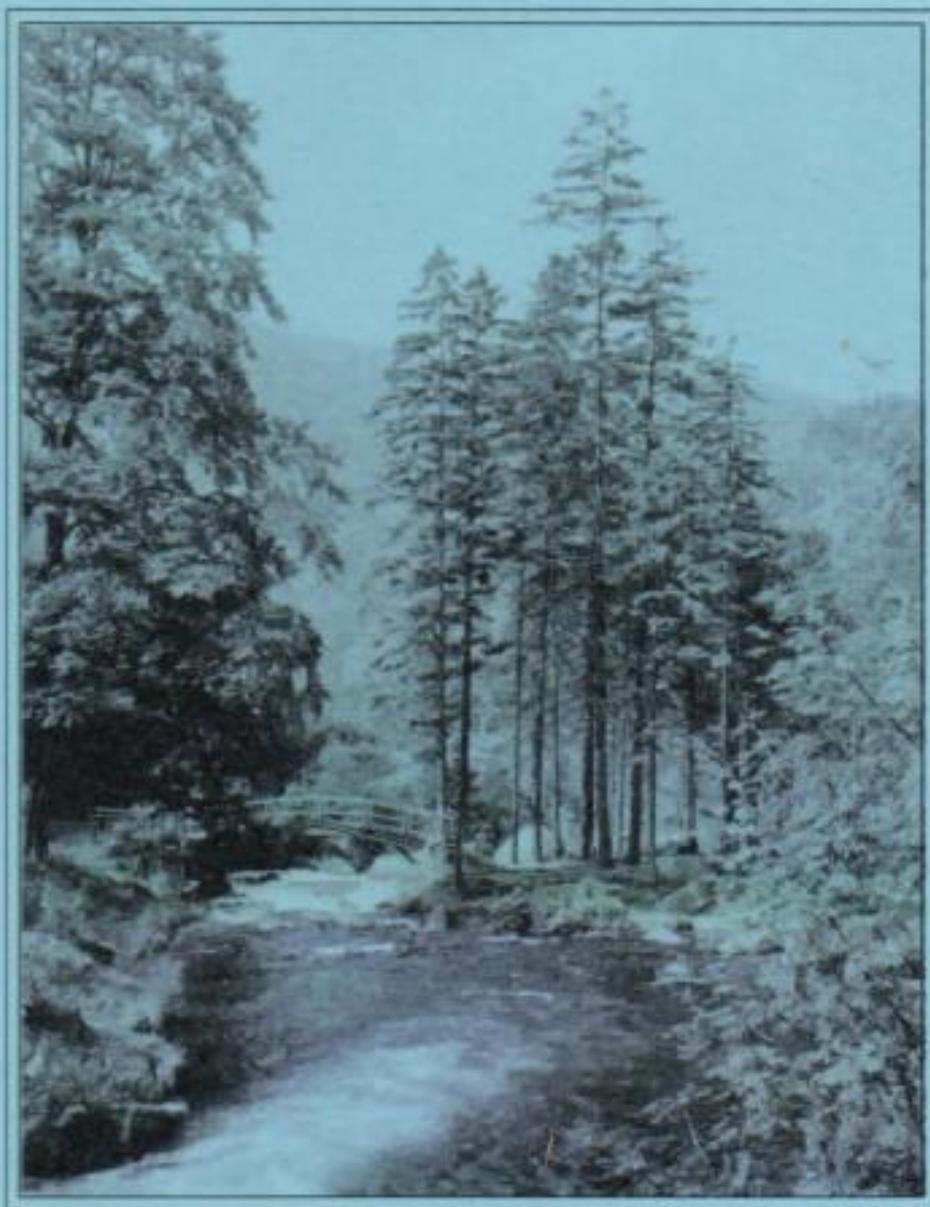


FRANCESCO D'ALPA



L'illusione del naturale

Naturopatia, suggestioni alternative
e medicina scientifica

Collana **Koiné** (*critica sulle pseudoscienze*)
a cura del Cicap Puglia

Montedit



INTRODUZIONE.....	5
LA NATUROPATIA ED I SUOI PRESUPPOSTI.....	6
<i>Cosa vuol dire alternativo; cos'è alternativo</i>	<i>6</i>
<i>Cos'è la naturopatia</i>	<i>7</i>
<i>Il mondo naturale.</i>	<i>10</i>
<i>Il mito del naturale.</i>	<i>11</i>
<i>L'educazione alla salute</i>	<i>12</i>
LE AFFERMAZIONI DEI NATUROPATI.....	13
<i>La medicina scientifica è solo una delle tante medicine a disposizione. ...</i>	<i>13</i>
<i>La naturopatia usa metodi naturali e sicuri.....</i>	<i>13</i>
<i>La naturopatia guarda all'individuo nel suo insieme.....</i>	<i>14</i>
<i>Mentre la medicina scientifica è biomeccanica, quella naturale non trascura gli aspetti mentali e spirituali.</i>	<i>15</i>
<i>La naturopatia agisce alla radice dei problemi.</i>	<i>15</i>
<i>La naturopatia aiuta l'organismo a guarire da solo.</i>	<i>16</i>
<i>La naturopatia promuove il benessere globale.</i>	<i>17</i>
<i>La naturopatia previene le malattie prima che si manifestino.....</i>	<i>17</i>
<i>La medicina scientifica non si pone l'obiettivo di migliorare a lungo termine la salute.</i>	<i>17</i>
<i>Solo la medicina naturale riesce a individualizzare il trattamento.</i>	<i>18</i>
<i>La medicina alternativa non richiede le enormi risorse della medicina farmacologica.....</i>	<i>18</i>
<i>La natura non sbaglia, non ha debolezze, non produce rischi.....</i>	<i>19</i>
<i>Le erbe hanno una naturale funzione guaritrice.....</i>	<i>19</i>
<i>Affidarsi solo ai metodi verificati scientificamente limita le capacità operative dei medici.</i>	<i>19</i>
<i>La medicina richiede anche fantasia e capacità di andare oltre il consolidato.</i>	<i>20</i>
<i>Le più importanti idee sono sempre state osteggiate dalla scienza ufficiale.</i>	<i>20</i>
LE OBIEZIONI DA PARTE DELLA MEDICINA SCIENTIFICA	22
<i>La medicina naturopata non si basa su concetti e su di una mentalità scientifici</i>	<i>22</i>
<i>Cosa è naturale e cosa no</i>	<i>23</i>
<i>Il concetto di stato di salute naturale</i>	<i>23</i>
<i>Il concetto di terapia naturale.....</i>	<i>25</i>
<i>Le medicine alternative in genere non sono sempre né "naturali" né "olistiche".....</i>	<i>25</i>

<i>La medicina alternativa non deve essere introdotta nell'insegnamento medico se non ne viene dimostrata l'efficacia.....</i>	26
<i>I medici naturali allontanano i pazienti dalle cure efficaci.</i>	28
<i>La naturopatia non ha una sua dimensione precisa.</i>	29
<i>La naturopatia non ha superato la concezione del vitalismo.....</i>	29
<i>La naturopatia pecca di ingiustificato idealismo e finalismo</i>	30
<i>Le teorie naturopatiche sono bizzarre; mancano il supporto sperimentale e le prove di efficacia.....</i>	30
<i>C'è una scorrettezza di fondo.</i>	31
<i>Le terapie alternative sono dirette soprattutto verso le malattie minori</i>	31
<i>Molte terapie alternative non sono effettivamente tali.....</i>	31
<i>Le molte teorie non sono supportate da studi sistematici</i>	32
<i>Ciò che funziona sul singolo non ha valore generale.</i>	32
I CONFLITTI.....	33
<i>La medicina convenzionale non risolve i problemi?.....</i>	33
<i>A differenza della medicina "allopatrica", la medicina naturale non determinerebbe l'insorgere di nuove patologie, né effetti tossici.....</i>	33
<i>La medicina ufficiale denigra la medicina naturale perché vuole difendere il suo potere culturale?</i>	34
<i>La medicina ufficiale causa o favorisce l'emergere di nuove malattie?</i>	34
<i>La medicina naturale va al cuore del problema mentre quella convenzionale "medicalizza" il paziente?</i>	35
<i>La medicina ufficiale ha ampi interessi e connivenze con il potere delle lobby farmaceutiche?</i>	35
<i>Le lobby della medicina scientifica cospirano contro i cultori di quelle alternative per screditarli?.....</i>	35
<i>Molti trattamenti alternativi funzionano meglio di quelli convenzionali?..</i>	36
<i>La medicina naturale, pur non essendosi ufficializzata, è praticata da millenni.....</i>	36
<i>Come comportarsi con il paziente che chiede una terapia naturale?.....</i>	37
LA DIFFUSIONE DELLA NATUROPATIA E DELLE MEDICINE ALTERNATIVE	39
<i>Chi si rivolge all'alternativo.....</i>	39
<i>La capacità di comunicare dei medici e della scienza in genere.....</i>	39
<i>Il tempo dedicato ai pazienti.</i>	40
<i>Uso della medicina alternativa da parte dei medici convenzionali</i>	40
<i>Perché la gente ci crede?</i>	41
<i>Automedicazione, promozione pubblicitaria ed uso improprio dei testimonial.....</i>	42
<i>Le aspettative dei pazienti</i>	42
<i>L'approccio della naturopatia.....</i>	43
<i>Il ruolo dell'alimentazione.....</i>	44

<i>Cos'è che guarisce?</i>	45
<i>Caratteri comuni alle pseudoscienze</i>	46
<i>La libertà di cura</i>	47
<i>Procedure mediche inutili</i>	50
<i>I rischi dell'alternativo</i>	50
<i>È legittimo smascherare inganni ed errori?</i>	51
<i>Conclusioni</i>	53
BIBLIOGRAFIA	55

Introduzione

Il mondo in cui viviamo è regolato da leggi che vengono comprese sempre meglio; il cosiddetto "metodo scientifico" è risultato fino ad oggi il migliore per determinare quale sia la costituzione dell'universo, per comprendere i misteri della vita, e, fondamentalmente, per distinguere i fatti reali dalle credenze; la semplice "opinione" umana è infatti ingannevole, se non supportata da validi criteri di valutazione. Per questo occorre diffidare dei fatti aneddotici e dei racconti testimoniali.

Solo a partire dalla metà dell'ottocento la pratica medica ha adottato una metodologia di tipo scientifico, assurgendo al rango di "scienza empirica matura", quella che oggi viene definita "Medicina basata sulle evidenze".

Il procedimento scientifico parte in genere dai fatti osservati, in relazione ai quali si propongono delle ipotesi che vengono sottoposte a verifica sperimentale; i risultati ottenuti vengono presentati agli altri ricercatori e valutati, dopo la loro pubblicazione su riviste referenziate, da tutta la comunità scientifica. Alla fine, solo un ampio e motivato accordo conferisce loro applicabilità generale e pone le basi per la formulazione di teorie generali, che comunque non possono che essere provvisorie. Oltre al peer-review, esistono, nel mondo medico, anche altri livelli di intervento: quelli dei Ministeri per la Sanità, delle commissioni scientifiche (come la CUF), delle agenzie governative (come la FDA statunitense). Non solo si controlla tutto il processo di acquisizione dei dati, ma viene anche regolato il comportamento di quanti operano in questo complesso sistema, a partire dalle aziende produttrici di farmaci fino ai medici, che ne sono il fulcro. Una particolare attenzione viene posta nel controllare che il pubblico non sia esposto a frodi, inganni, pratiche medico-chirurgiche inutili o dannose, farmaci non autorizzati, operatori non qualificati.

Il mondo delle medicine alternative e complementari è invece rimasto sempre al di fuori (o per lo meno ai margini) di tutto ciò. Al principio del controllo dall'alto sull'insieme della pratica medica, esso ha financo preteso di sostituire quello dell'autodeterminazione dell'utente finale, il malato, o anche l'individuo sano che vuole fare opera di prevenzione sanitaria. Sbandierando l'ideale di una libertà democratica di scelta, si afferma enfaticamente che il pubblico sa scegliere e deve rimanere quindi libero di utilizzare quello che vuole, in una logica di libero mercato di operatori, tecniche e prodotti.

Accade così che molti utenti siano facilmente portati a prendere per buona quella teoria che sembra più vicina al senso comune, o più in sintonia con i propri bisogni; ma questo è il peggiore modo di affrontare i problemi.

In effetti, il successo delle medicine alternative sembra in gran parte l'effetto di un abile e martellante marketing, secondo il principio che *"il pubblico compra ciò che è pubblicizzato"*. La diffusione delle idee "naturopatiche" è un chiaro esempio della pericolosità di tale approccio.

La naturopatia ed i suoi presupposti

Cosa vuol dire alternativo; cos'è alternativo

Nella più comune accezione, è "alternativo", nel campo della salute, ciò che non è accettato dalla medicina scientifica. Di fatto, questo termine raggruppa dottrine e pratiche estremamente diverse fra di loro, ma che hanno in comune una più o meno ampia incompatibilità con l'impianto dottrinale della medicina scientifica, che i loro cultori considerano "ufficializzati" arbitrariamente e imposta autoritariamente.

I sistemi medici alternativi pongono, in genere, alla base dell'essere vivente, "forze" ed "energie" ("positive" e "negative") non meglio precisate e mai provate, dalla cui alterazione (per qualità, quantità o flusso) dipenderebbero le malattie (con tutte le riserve che questo termine ha fra gli alternativi). Il cosiddetto "vitalismo" è il loro elemento unificante. Queste idee, nate in contesti storici e culturali a noi lontani, geograficamente o nel tempo, nei quali non era possibile esaminare e comprendere adeguatamente i fenomeni del vivente, si presentano agli occhi della scienza di oggi, come null'altro, in genere, che concezioni arcaiche sopravvivenute, permeate di riferimenti magico-religiosi.

Il termine alternativo, pur essendo usato dalla maggior parte di coloro che si ispirano a queste dottrine, viene comunque evitato da altri, per non mettere in primo piano un indebito giudizio di valore, sostanzialmente negativo verso la medicina ufficiale.

Negli ultimi tempi, la definizione di "medicine alternative" tende comunque sempre di più ad essere sostituita, ad opera dei suoi stessi cultori, con quella di "medicine complementari", finendo con l'includere sia tecniche che hanno in qualche modo conquistato un loro posto nella pratica medica e assistenziale (tempo passato con le famiglie, incoraggiamento alla preghiera, terapia occupazionale, programmazione neurolinguistica, dietoterapia), sia teorie e tecniche di nessuna comprovata efficacia (tocco terapeutico, acupressione, Reiki, Feldenkreis, manipolazioni alla colonna vertebrale per risolvere problemi dei visceri).

Nella divulgazione tramite i media si cerca di fare intendere al grande pubblico che le medicine alternative costituiscono in parte dei metodi "nuovi", dei punti di vista originali e rivoluzionari, promossi da veri e propri "pionieri" della salute; e soprattutto si proclama sempre che tutte queste pratiche sono scerve da effetti secondari. Ai pazienti per i quali la medicina basata sulle evidenze non ha da fornire alcuna risposta concreta, si sbandiera la speranza che il trattamento "alternativo" possa riuscire laddove quello convenzionale ha fallito, o quanto meno che convenga fare un tentativo, anche se si utilizzano procedimenti non provati.

Molte di queste pratiche alternative continuano ad essere sistematicamente riproposte al grande pubblico, da secoli, nonostante le tante prove di inefficacia. Per superare l'ostacolo del discredito dato loro dalla scienza, vengono sfruttati bisogni e spinte emotive e lanciate campagne di stampa orientate politicamente, ad esempio sostenendo l'ipotesi di cospirazioni e di preponderanti interessi economici da parte

della medicina ufficiale. Ciò determina il costituirsi di una immagine eroica dei loro propugnatori.

In realtà, l'interesse economico è imponente anche nel mondo dell'alternativo, e l'eccesso di pubblicizzazione rischia di mettere in serio pericolo la salute collettiva. Gran parte delle medicine alternative, e chiaramente fra queste la naturopatia, non soddisfano i criteri di efficacia e sicurezza normalmente richiesti dai sistemi sanitari nei paesi più sviluppati. Paradossalmente, queste pratiche non vengono vietate, purché se ne comprovi la "non nocività"; e ciò, agli occhi del pubblico viene spesso equiparato ad una implicita convalida delle affermazioni sulla loro presunta efficacia.

Cos'è la naturopatia

La naturopatia in senso stretto è una disciplina relativamente giovane, con circa due secoli di storia, anche se molti dei concetti che essa ha inglobato possono essere fatti risalire a culture più antiche, come quella greca classica. All'inizio dell'ottocento, sull'onda della riscoperta idealistica della vita agreste e del crescente disagio per l'ambiente insano delle città, furono ripresi e rielaborati concetti e credenze diffusi fin dall'epoca classica, in particolare precetti alimentari e pratiche igienistiche; a ciò si accompagnava la convinzione che l'essere animale sia dotato di una sua intrinseca "vis vitalis", che regolerebbe ed orienterebbe tutti i processi fisiologici.

La naturopatia viene presentata oggi dai suoi cultori come un "*sistema scientifico di guarigione naturale*" che diagnostica e cura ogni genere di malattia, sindrome dolorosa, ingiuria o deformità, usando prevalentemente o esclusivamente tecniche e metodiche che agiscono sulle funzioni fisiologiche e sulle situazioni abnormi tramite le "*leggi naturali*" che governano il corpo umano sul piano fisico, chimico e mentale; i naturopati utilizzano "*metodi di cura fisiologici, psicologici e spirituali; metodi fisici basati su aria, acqua, luce, calore, terra, alimenti, erbe, psicoterapia, piccola chirurgia (solo esterna e sugli orifizi), terapia meccanica, correzioni e manipolazioni naturopatiche, metodi e modalità preventivi e naturali, medicine naturali, omeopatia, alimenti preparati naturalmente, erbe e rimedi naturali*"; fra le sostanze ad attività farmacologica vengono accettate solo quelle "*assimilabili, che contengono la vita, e gli elementi salutari o i composti che sono componenti del tessuto del corpo o sono fisiologicamente compatibili con i processi del corpo per il mantenimento della vita*".¹

Vengono invece assolutamente escluse altre pratiche tipiche della medicina scientifica del nostro tempo, come la maggior parte della chirurgia, la radioterapia, la terapia iniettiva, i sieri ed i vaccini, i farmaci di sintesi.

Il punto di riferimento imprescindibile è un certo ideale di essere psicofisico umano, da sempre fisso nelle sue caratteristiche, più vicino alla condizione di Angelo caduto, cara ai movimenti religiosi, che a quella di scimmione evoluto, per come postulato da Darwin; abitante di un mondo anch'esso relativamente stabile e governato da leggi precise ed immutabili. Le evidenze della pratica naturopata si coglierebbero con

¹ Cfr.: <http://www.unaturalmedicine.edu/index.html>

chiarezza in quel libro aperto che è la natura, che ci dimostra la presenza di leggi generali comuni a tutti gli esseri viventi.

A differenza di altre medicine alternative, la Naturopatia non ha però, di fatto, costruito una propria originale concezione del funzionamento dell'organismo vivente; molti dei suoi concetti e gran parte della terminologia e delle spiegazioni anatomo-fisiologiche riprendevano in origine le limitate conoscenze mediche del XVIII-XIX secolo, e in parte sono rimaste legate ad esse, nonostante gli ampi apporti successivi sia dal campo della medicina scientifica che dalle altre medicine alternative. Pur presentandosi come una delle tante medicine alternative, la naturopatia non è un sistema medico in senso stretto, ma piuttosto una collezione di prescrizioni ispirate ad uno stile di vita proposto come ideale. L'interesse per la causa specifica delle malattie e per la loro variabile espressione clinica è posto nettamente in secondo piano, quando non del tutto trascurato, rispetto a quello per il mantenimento del cosiddetto "*stato di salute*".

A differenza di altre pratiche, che potremmo definire genericamente "salutistiche", come la dietologia, la naturopatia si oppone decisamente agli aspetti più innovativi della medicina scientifica, che ritiene globalmente erronea, meccanicista e riduzionista, incapace di affrontare nel loro complesso le vere cause delle diverse condizioni patologiche.

In base al principio preconcepito che il cattivo utilizzo della "macchina corpo" sia la prima causa di tutte le sue disfunzioni, nei sistemi naturopatici non si dà grande importanza, quali causa di malattia, a batteri e parassiti, ritenuti al più ospiti opportunisti del corpo umano. La maggior parte dei naturopati afferma che le malattie, da quelle più comuni e banali a quelle più gravi come il cancro, sono causate piuttosto da tossine (per lo più di provenienza alimentare), dall'accumulo di materiali di scarto dell'organismo, e da una riduzione della vitalità dell'organismo (e negli ultimi decenni si è in qualche modo ricondotta questa vitalità alla funzionalità del sistema immunitario).

Queste affermazioni, abbastanza plausibili nel contesto della medicina del primo ottocento, non hanno oggi alcun riscontro. Basti pensare all'identificazione delle patologie genetiche, che portano ad una degenerazione di tessuti ed organi, o alle patologie di sicura origine infettiva e parassitaria, per la maggior parte identificate da circa un secolo. Ma la naturopatia, nella sua formulazione originaria e senza l'apporto delle conoscenze della medicina scientifica, non potrebbe spiegare neanche l'origine delle malattie da carenza alimentare (ad esempio da proteine) o vitaminica (ad esempio la pellagra ed il kwashiorkor). Altrettanto ampio e privo di verifiche cliniche attendibili appare lo spettro dei rimedi proposti: le tinture, i dispositivi elettronici, i supplementi dietetici, le vitamine, le erbe, i disintossicanti, l'esclusione degli alimenti "non naturali".

Similmente ad altre discipline alternative, la Naturopatia non ha mai raggiunto lo status di sistema medico con delle regole ben precise e dei sicuri riferimenti dottrinari. I presupposti teorici e le tecniche impiegate variano notevolmente fra i vari operatori. In linea generale, si sostiene che il corpo umano sarebbe il principale e fondamentale agente della sua guarigione ed a questo fine esso possederebbe un enorme potere,

quasi sempre sufficiente, se solo ne sapessimo assecondare l'espressione. Questa idea di funzionamento del corpo fonde in un certo senso la concezione del vitalismo alla teoria dell'omeostasi (di derivazione medico-scientifica) ed alla capacità di adattamento all'ambiente. Tutti questi concetti non sono comunque nati all'interno del mondo naturopata; il vitalismo, in particolare, è una antica idea filosofica; e da essa la naturopatia prende a prestito l'idea di una "*vis medicatrix naturae*".

Da una parte, le scuole naturopate insistono su alcune pratiche di base, intese sia a mantenere il normale stato di salute che ad aiutare il "*naturale*" processo di guarigione; dall'altra, sono generalmente aperte verso tutti quei diversi sistemi di cura non in contrasto con la propria filosofia, e dunque si prestano ad ampie contaminazioni con altre medicine cosiddette naturali. In pratica, ogni naturopata agisce secondo un proprio schema diagnostico e terapeutico, scegliendo liberamente all'interno di un arsenale alquanto eterogeneo di strategie diagnostiche e terapeutiche eterodosse, alcune piuttosto antiche, altre di introduzione relativamente più recente. In questo senso la Naturopatia, più che una scienza, tende ad essere considerata dai suoi cultori un'arte, applicabile a qualunque genere di malattia, purché si sappiano adeguatamente padroneggiare le diverse forme d'intervento.

Rispetto ad altre medicine alternative, la Naturopatia si connota per la sua pretesa di insegnare principi di vita "naturale" e di non contrapporsi ai normali processi di guarigione del corpo, favorendone invece il decorso e portando ad un processo di "guarigione naturale". Da ciò deriva uno dei suoi pochi aspetti positivi: il paziente viene incoraggiato ad assumere una piena responsabilità del proprio organismo, ed a prendere coscienza che il benessere va raggiunto e mantenuto con un attento e costante autocontrollo.

Ma ciò non compensa gli aspetti negativi: i naturopati credono di potere spiegare i processi fisiologici e quelli fisiopatologici anche con proprie teorie, spesso diverse e contrastanti con quelle della medicina scientifica. Queste teorie fanno riferimento ad ipotetiche "leggi della natura", o "leggi della vita" (per alcuni, "leggi divine"), la cui conoscenza deriverebbe però non dall'evidenza sperimentale ma da una riflessione "filosofica", abbastanza soggettiva (quando non si poggia apertamente su concezioni religiose). Nella sua formulazione originale, la Naturopatia non è assolutamente in grado di spiegare come funzioni l'organismo umano; l'alimentazione, ad esempio, viene concepita essenzialmente come semplice apportatrice di "energie".

Nella seconda metà nel novecento, la naturopatia, così come altre medicine alternative, ha registrato un insperato aumento di popolarità, legato forse innanzitutto alla sua caratteristica di "controcultura", e dunque a prescindere dal suo reale valore come sistema medico, inserendosi in un vasto e confuso movimento che spazia dall'ecologia all'ambientalismo ed alla politica. Da qui una certa sua valenza "dogmatica", in quanto in effetti la diffusione delle dottrine naturiste è avvenuta seguendo spinte ideologiche e non in base ad effettivi riscontri clinico-epidemiologici, che sono invece oramai criteri inderogabili nella letteratura medica. Di fatto, la crescita anagrafica della generazione degli anni sessanta, ha portato in evidenza "numericamente" l'alternativo e l'irrazionale a tutti i livelli.

Il mondo naturale

Nella sua formulazione originaria, che fra l'altro precede di molto la rivoluzione culturale del darwinismo, la naturopatia prende a misura di tutte le cose un ipotetico mondo "naturale", di cui l'uomo fa parte pur essendone una sorta di spettatore; un mondo al di fuori della storia umana, non segnato e contaminato da questa. Si accetta, implicitamente, la concezione, tramandata dalle religioni, che la specie uomo abbia beneficiato, sin dalla sua comparsa sulla terra (quale che ne sia l'origine) di tutti i beni di un ambiente stabile e ottimale per la sua sopravvivenza. Con tale ambiente l'uomo avrebbe stretti legami di interdipendenza, secondo leggi immutabili ed universali. Quella di natura è dunque un'indebita astrazione, una "idea" che sostituisce alla visione dell'ambiente per come ci è conosciuto (dunque per come esso ci appare oggi, nella nostra percezione della storia), l'immagine ideale di quello in cui si pensa abbia vissuto da sempre la nostra specie. Un mondo complesso, in cui prevale un ordine meraviglioso; che ci mostra una sua razionalità, che è per noi garante per la sua persistenza nel futuro. Questa idea della natura si ricollega inevitabilmente all'idea di un dio creatore e manutentore. Quale potesse essere l'ambiente "naturale" dell'uomo lo immaginarono probabilmente i colonizzatori del "nuovo mondo", che si trovarono di fronte ad una natura praticamente incontaminata se non per le deboli modificazioni apportate dagli indigeni. Il mondo allora conosciuto era infatti già troppo modificato dall'opera umana, né si avevano testimonianze, se non mitiche, sulle epoche più remote. L'ambiente del nuovo mondo entusiasmò i suoi esploratori, e gradualmente cancellò l'immagine tradizionale di una natura brutale, non altrettanto affascinante e poetica. I primi naturopati ignoravano però quanto fosse antica la storia dell'uomo, quanti e quali erano stati i cambiamenti sulla terra, e soprattutto il fatto che la specie umana è il risultato di una serie di innumerevoli variazioni genetiche che ne hanno ripetutamente modificato le caratteristiche. Solo l'ignoranza di questo passato poteva indurre a credere fideisticamente nella stabilità della nostra specie. L'ambiente cosiddetto naturale, in realtà, non è che il più recente fra una serie di scenari succedutisi nel corso dell'evoluzione, tutti altrettanto naturali anche se differenti, e nei quali certamente l'uomo sarebbe stato incapace di sopravvivere. Se consideriamo la terra ed i suoi abitanti un unico organismo vivente ("Gaia", secondo la definizione dello scienziato inglese James Lovelock, nei primi anni settanta), questa terra non è indubbiamente mai stata la stessa, se non per epoche storiche, sia pure molto lunghe. In una certa visione ecologista, la natura può essere considerata come inclusiva dell'uomo, ma anche come esterna a lui *"la provincia separata e selvaggia, il mondo separato dall'uomo a cui egli si è adattato, sotto le cui leggi è nato e morto"*.² Questa visione della natura concentra il suo interesse sulla percezione immediata del mondo, apprezza la bellezza di tutte quelle cose che restano sostanzialmente non modificate dall'opera dell'uomo, e rifiuta l'intrusione della spiegazione scientifica, come se essa snaturasse le cose, compromettendone la bellezza e la verginità. Proiettato il discorso nel futuro, l'idea della natura sarebbe ancora quella di un mondo che muta da sé, senza

² Mc Kibben B., 1989, p. 62.

interventi umani, mentre gli interventi di altri esseri viventi vengono considerati legittimi (ad esempio, la costruzione di un termitaio o di una barriera corallina). Il mondo reale dell'uomo di oggi non sarebbe altro che un mondo "post-naturale". Ma l'attività umana non è pure essa, quale che sia, una parte inevitabile della scena naturale? L'esistenza di una netta contrapposizione fra naturale ed artificiale è sempre più in discussione. Se il pensiero umano, che si concretizza ad esempio nei manufatti, esprime le più alte potenzialità del vivente, forse anche un robot può essere ritenuto un prodotto naturale. Ma il senso comune, che è quello su cui si basa sostanzialmente la naturopatia, fa sì che sopravviva la distinzione fra mondo naturale e mondo modificato dall'uomo, che al massimo viene fatto rientrare fra il "convenzionale", seguendo l'ottica del pensiero sofisticato. Va da sé che questo "convenzionale", somma di tutte le nostre strutture sociali e delle abitudini di vita, è soggetto a cambiamenti apprezzabili, anzi oggi sempre più rapidi e frequenti. Il concetto di natura indipendente, dolce, eterna si sta rivelando in ogni caso sempre più debole e insostenibile; ed è sempre più chiaro come il presunto modello di mondo naturale (caro agli idealisti romantici) fosse già ampiamente alterato dall'azione modificatrice dell'uomo.

Il mito del naturale

Nella convinzione che la natura, per come è stata fin qui definita, abbia caratteristiche fisse e ben precisi equilibri, i termini "naturale" ed "organico" hanno finito col divenire, nell'immaginario del nostro tempo, sinonimi di "salutare" e "sicuro". In realtà il termine "organico" indica originariamente ciò che è proprio della composizione degli organismi viventi (vegetali ed animali); in senso più tecnico, viene in genere adoperato per differenziare la biochimica, basata sui composti del carbonio, dalla chimica delle sostanze semplici (inorganiche). Assai impropriamente, nel mondo dell'alternativo, il termine naturale ha finito invece con il comprendere praticamente solo le sostanze organiche elaborate dagli esseri viventi, mentre le stesse sostanze sono considerate non naturali se prodotte in laboratorio. Tuttavia non vi è alcuna ragione per la quale i prodotti organici naturali dovrebbero essere più sicuri di quelli sintetizzati dall'industria chimica. Il pregiudizio verso di essi non fa che riflettere quello contro i prodotti della chimica in genere. Ma anche le sostanze naturali possono avere effetti secondari, quando possiedano proprietà terapeutiche. Gli stessi integratori alimentari non sono esenti da potenziali effetti dannosi. Nascere e crescere sono dei processi che avvengono indipendentemente dalla nostra volontà, non altrettanto si può dire dello scegliere il cibo e del nutrirsi. Qual è allora il limite fra il procedimento naturale e l'intervento "arbitrario" dell'uomo? Se la guarigione da una malattia è un procedimento che per lo più avviene spontaneamente, l'uomo dovrebbe astenersi da qualunque intervento oppure intervenire solo fino ad un certo punto? Nel momento in cui ci si richiama ad una idea di salute ed igiene naturali, non viene definito quale sia il contesto ecologico di questo stato naturale. Le testimonianze sul

più antico passato dell'uomo parlano in favore di un ambiente ostile e di una vita breve, piena di insidie e stenti.

È mai esistito dunque uno stato ideale di natura in cui si viveva più a lungo e più sani? Non è pensabile, e nessuno lo può dimostrare; si tratta di una illusione, coltivata in un contesto idealistico o mitico-religioso.

I naturopati, in effetti, non si rifanno a tecniche naturali, che potrebbero essere ad esempio simili a quelle che presuntivamente utilizzava l'uomo primitivo, ma ad una collezione di regole arbitrariamente definite naturali, per lo più risalenti ai primi periodi della storia conosciuta; come se in questo periodo si fosse raggiunto un ottimale equilibrio fra l'uomo e l'ambiente.

L'educazione alla salute

Secondo i naturopati, l'uomo veramente sano può esistere solo al di fuori dell'ambiente civilizzato; la maggior parte delle attività dell'uomo moderno, ed in primo luogo la sua condotta alimentare, sarebbero infatti fortemente nocive per la sua salute. La prima preoccupazione di ogni sistema sanitario dovrebbe essere quella di educare sin dalla più tenera infanzia alla salute, cioè ad usare il proprio corpo nella maniera più naturale possibile. Se così fosse, la pratica medica in senso stretto passerebbe in secondo piano, o addirittura ne verrebbe meno la necessità. La medicina naturale sarebbe comunque la vera medicina dell'uomo, in quanto lascerebbe la natura libera di attuare il processo di guarigione, al più assecondandolo; il vero medico non potrebbe essere altri che colui che è cosciente di questa capacità curativa naturale e che cerca di aiutarla, senza interferire in modo artificioso. L'affidamento alla pretesa forza sanatrice della natura finisce tuttavia con risultare non troppo lontana dal nichilismo terapeutico, basata come è su semplici pratiche di corretta alimentazione, purificazione degli intestini e digiuno.

Le affermazioni dei naturopati

I naturopati si rifanno solitamente ad alcune affermazioni, per nulla condivise dalla medicina scientifica, che cercherò di sintetizzare.

La medicina scientifica è solo una delle tante medicine a disposizione

Come ciascuno dei tanti sistemi medici, la medicina scientifica avrebbe degli specifici campi di impiego, ma non andrebbe bene per tutti i casi, presentando, assieme a indubbi vantaggi, molti limiti. Per tale motivo, secondo i medici alternativi, un sistema sanitario pubblico che intenda davvero rispondere ai problemi della collettività, dovrebbe dare spazio a tutte le possibili alternative, lasciando al paziente la libertà di decidere a cosa affidarsi. Questa affermazione lascia credere all'utente inesperto che sia comprovato il fatto che le medicine alternative abbiano anch'esse specifici campi di impiego e provata efficacia, anche maggiore di quella della medicina scientifica, in specifiche situazioni morbose; tesi in verità assai debole.

La naturopatia usa metodi naturali e sicuri

Si tratta di una affermazione piuttosto drastica, che punta diritto al sentimento delle persone. Ma quando si cerca di andare più a fondo su questo concetto, ci si scontra con non poche difficoltà. Infatti, cosa può essere definito naturale? Fino a che punto il concetto di naturale si coniuga con le aspettative e le pretese ecologiste? Dove piazzare la linea di confine fra giuste aspirazioni (in contrasto con il presunto artificialismo, ritenuto inutile e dannoso) e semplice ribellione acritica all'artificialismo (per lo più non manifesta, fra l'altro, al di fuori dell'ambito della salute)? Usare qualche rimedio naturale non significa infatti ritornare alla natura: il ritorno alla natura si avrebbe solo sostituendo tutto il sistema di vita attuale con uno più arcaico, con tutti i suoi svantaggi.

Il ritorno al naturale è inoltre una pia illusione laddove si scinda l'attività diagnostica da quella curativa vera e propria; nella diagnostica è infatti assolutamente improponibile propugnare un ritorno a tecniche primitive, perché erranee (e in ogni caso, anche eventuali tecniche diagnostiche naturali, ammesso che ne esistano di adeguate, sarebbero anch'esse artificiali).

Scegliere un'erba (contenente gli stessi principi attivi) anziché un farmaco, per curarsi, ha un senso se si pensa alla possibile efficacia, ma non ne ha se si crede che l'erba non abbia gli effetti collaterali del corrispondente prodotto di sintesi. Qualunque sostanza introdotta nell'organismo, se non produce effetti collaterali (o indesiderati o non previsti) evidentemente è per sua natura farmacologicamente inerte. Infatti non esistono aree del corpo il cui biochimismo sia del tutto peculiare rispetto agli altri organi ed apparati; gli stessi processi biochimici sono più o meno presenti in tutte le cellule viventi. Ognuno dei farmaci della farmacopea scientifica agisce proprio in quanto interferisce in molti punti con il biochimismo degli organismi viventi; la sua selettività non può mai essere assoluta, e per tale motivo induce necessariamente degli effetti non voluti o potenzialmente dannosi. In linea di massima, per essere del tutto

privo di effetti collaterali indesiderati, un farmaco non dovrebbe avere alcuna effettiva azione sul vivente; ma in tal caso, l'assenza di effetti collaterali andrebbe di pari passo con la manifestazione di un diverso genere di "effetto collaterale" comune alle medicine alternative: l'abbandono del paziente al suo destino secondo la "storia naturale" della sua affezione.

Il binomio "efficacia terapeutica-assenza di effetti collaterali" viene sempre invocato dai naturopati (ed in genere dalle medicine alternative) nella descrizione (e nella celebrazione) delle loro prescrizioni terapeutiche; ma di fatto nasconde un palese inganno. In quanto all'efficacia, infatti, molti prodotti adoperati dai naturopati non hanno una reale efficacia terapeutica. È il caso delle vitamine, tipici componenti degli integratori e delle medicine naturali; è arduo sostenere che esse abbiano (al di là di particolarissimi e poco frequenti casi) uno specifico potere curativo; né è vero che siano del tutto prive di effetti indesiderati, ad esempio in caso di sovradosaggio. In quanto all'assenza di effetti negativi nei medicamenti realmente naturali, va ricordata la tossicità di molte erbe usate soprattutto dalla medicina tradizionale cinese ma fondamentali anche nella tradizione naturopata.

La naturopatia guarda all'individuo nel suo insieme

La medicina scientifica si è progressivamente specializzata, pur restando unitaria nel suo impianto dottrinario; così i singoli operatori sono portati a privilegiare un ristretto campo di intervento, approfondendo le proprie specifiche competenze; da qui il rischio concreto di non essere più in grado di cogliere la effettiva genesi di molte situazioni cliniche, in quanto per lo più ci si sofferma solo sui segni e sintomi che riguardano la propria specialità, con evidenti spiacevoli riflessi sulla conseguente condotta terapeutica, per, soprattutto (a) la possibilità di errate diagnosi, ma, anche, (b) l'impatto negativo nella relazione con il paziente, che si sente spezzettato fra tanti operatori e considerato non adeguatamente. Questo indubbio limite della medicina scientifica, appare oggi difficilmente superabile, e probabilmente sarà destinato a pesare sempre di più nella pratica clinica, soprattutto perché il corpo delle conoscenze, anche in discipline sempre più limitate, tenderà inevitabilmente ad aumentare, richiedendo un crescente impegno di studio e di aggiornamento.

Ogni medico alternativo sostiene invece, in genere, di esaminare sempre il malato nel suo insieme, inclusi gli aspetti psicologici. L'affermazione appare in qualche modo verosimile, ma è tutta da dimostrare la bontà della sua applicazione pratica. In effetti, a causa della relativa povertà (e dell'arbitrarietà) delle idee di base originarie (affermazione particolarmente vera nel caso della naturopatia) le varie medicine alternative non sono in grado, nella maggioranza dei casi, di raggiungere quella finezza diagnostica che contraddistingue sempre di più la medicina scientifica, e in alternativa non hanno altro da proporre che un proprio limitato codice diagnostico, in genere poco o per nulla modificato rispetto alla sua formulazione originale, talora vecchio di secoli o addirittura di millenni. Il paziente si sente tuttavia considerato "meglio" rispetto all'abituale frettolosa visita del medico di famiglia, o peggio dello specialista, che in pochi minuti pretendono di avere inquadrato sufficientemente il

problema. La visita effettuata da un medico alternativo è in genere più lunga, perché riguarda anche molti aspetti psicologici e sociali della vita del paziente; ma è certamente meno incisiva, quando non del tutto incongrua, dal punto di vista strettamente medico.

Secondo Hahnemann, il fondatore della omeopatia, la medicina allopatrica è quella che semplicemente si oppone al sintomo, mentre la medicina omeopatica è quella che si avvicina al sintomo; e tutte le medicine alternative condividono questa critica. Ma al tempo di Hahnemann la medicina ufficiale non si era ancora costituita realmente come scienza, e si presentava più che altro come un'arte; parlava ancora di fluidi ed umori alla cui presunta azione venivano opposti salassi, purghe e sostanze tossiche. Questa visione denigrativa non vale più nei confronti dell'odierna medicina scientifica che costituisce (secondo il Webster's New Collegiate Dictionary) *"un sistema di pratica medica che fa uso di tutte le misure di comprovato valore nel trattamento delle malattie"*.

Va comunque notato che, a discapito della visione cosiddetta "olistica", in effetti anche nelle terapie naturali si tende oggi sempre di più a ricorrere a terapie mirate sul sintomo, perfino guidate da algoritmi analizzati al computer.

Mentre la medicina scientifica è biomeccanica, quella naturale non trascura gli aspetti mentali e spirituali

Le medicine alternative puntano gran parte delle loro risorse sull'affermazione del valore fondamentale dell'unità mente-corpo, che ritengono in genere trascurata dalla medicina scientifica. Questa idea di un'unità anima-mente-corpo è tipica di sistemi filosofici prescientifici e come tale deve ritenersi superata, o quantomeno ne sono mutati profondamente la spiegazione ed il significato. La psichiatria, la psicosomatica ed oggi la psiconeuroimmunologia sono nate all'interno della medicina scientifica, e ne hanno accresciuto notevolmente il potere esplicativo, ben diversamente dalle medicine alternative in cui sopravvivono elementi fantastici e concezioni mitiche.

Per la medicina scientifica, materialista, lo psichismo è anch'esso fondamentalmente l'attività di un organo del quale è possibile comprendere sempre più il funzionamento, come per tutti gli altri organi ed apparati, nonostante la sua estrema complessità. Le medicine alternative, in base al proprio peccato originario di essere essenzialmente "filosofiche", hanno minore (e non maggiore, come ritengono) capacità di comprendere gli aspetti nervosi e mentali dell'essere umano. Non appare dunque giustificato affermare, ad esempio, che *"per essere sicura dei suoi risultati, la medicina tradizionale è stata costretta a concentrare la propria attenzione su quello che è facile studiare"*.³

La naturopatia agisce alla radice dei problemi

Secondo i naturopati, la medicina scientifica ha sempre cercato di risolvere i problemi della salute affrontando i sintomi (che a suo dire si allevierebbero più facilmente

³ Bratman S., 1999, p. 85.

rispetto alla malattia nel suo complesso), ma trascurando di affrontare le vere cause delle malattie, che non sarebbero però quelle individuate ("credute") dalla medicina scientifica (in particolare le infezioni da microrganismi), ma piuttosto le alterazioni dell'equilibrio naturale dell'organismo considerato in sé e nei suoi rapporti con l'ambiente esterno. Agire contro un microbo, supposta causa di una malattia infettiva, è dunque equivalente, per i naturopati, ad eliminare un aspetto incidentale della malattia e non la sua vera origine. Questo aspetto della teoria naturopatica, certamente il più screditato agli occhi del pensiero scientifico, è stato sempre in primo piano, ed ha determinato una netta chiusura verso tutte le nuove acquisizioni nel campo della eziologia e patogenesi delle malattie.

A lungo le medicine alternative praticate in occidente (in particolare la naturopatia e l'omeopatia) hanno rimproverato alla medicina scientifica di non sapere riconoscere le cause di troppe malattie, ed hanno opposto a questo presunto limite dottrinario le proprie salde convinzioni; quando poi la medicina scientifica ha cominciato a sbandierare i propri successi, prima nel campo della diagnostica e poi in quello della terapia specifica mirata, le medicine alternative non hanno fatto altro che radicalizzare le proprie interpretazioni, focalizzandosi sull'importanza del terreno individuale anziché sulle specifiche patogenesi.

Ultimamente questa opposizione sembra essersi alquanto ammorbidita, ma tale rinuncia a quanto rappresentava un vero e proprio dogma, sembra un tentativo di armistizio che eviti una resa incondizionata.

La naturopatia aiuta l'organismo a guarire da solo

Secondo i naturopati, l'organismo possiede la capacità di risolvere da sé tutti i problemi di salute; a patto ovviamente che si rispettino le sue esigenze, con una condotta di vita igienica e naturale.

Consequente a tale affermazione, è quella, o dovrebbe essere quella, che in virtù di una condotta di vita ottimale, l'organismo non dovrebbe ammalarsi mai, la vita dovrebbe essere lunga e felice per tutti, e la morte dovrebbe giungere solo dopo l'esaurirsi per vecchiaia della "forza vitale".

Inversamente, ogni situazione di malattia sarebbe l'inequivocabile spia di una condotta di vita errata; affermazione questa fin troppo vicina a pregiudizi di tipo etico-religioso (quali quelli verso gli epilettici-indemoniati, etc...); in pratica ogni individuo sarebbe l'esclusivo amministratore del proprio corpo, per una sorta d'estensione del concetto di libero arbitrio.

L'esperienza di oltre un secolo di lotta scientifica alle malattie infettive, e più recentemente quella della lotta alle malattie genetiche, dimostrano invece incontrovertibilmente come tali affermazioni siano assolutamente prive di fondamento e riflettano una concezione puramente etico-religiosa dell'esistere.

In pratica i naturopati cercano semplicemente di rafforzare l'organismo, nella convinzione che ciò possa essere sufficiente a curare qualunque problema. Ma se l'organismo fosse realmente capace di guarirsi da solo in tutti i casi, perché non dovrebbe farlo, comunque, al di là della nostra intenzione? Di fatto è evidente che non

è così; esistono situazioni in cui l'organismo non è assolutamente in grado di difendersi adeguatamente, nemmeno nelle sue migliori condizioni di forma. Per questo l'intervento dolce, in realtà, è piuttosto un intervento debole, che al massimo aiuta in patologie minori.

La naturopatia promuove il benessere globale

I naturopati sono convinti che i farmaci possano al massimo avere effetto sui sintomi, ma non sul benessere generale dell'individuo, e che invece non possano accrescere e rafforzare il suo stato di salute.

A volte, nel corso di un trattamento convenzionale, l'impressione di un mancato miglioramento dello stato di benessere generale o anche quello di un avvenuto peggioramento, derivano dal fatto che l'assunzione di farmaci comporta effetti collaterali, e talora fa sorgere addirittura problemi nuovi, fra cui le cosiddette patologie "iatrogene". Paradossalmente, anche i placebo possono provocare effetti spiacevoli. I trattamenti alternativi, invece, in genere non provocherebbero effetti secondari, proprio in quanto molte sostanze impiegate non hanno effetti farmacologici specifici, o vengono date in dosi minime, per cui non incidono significativamente sul biochimismo; ed oltre a non provare effetti collaterali, il paziente prova spesso un miglioramento soggettivo, a volte abbastanza rapido, per lo più su base autosuggestiva. Tale apparente miglioramento è tanto più evidente quanto più è lieve la forma clinica trattata; ed occorre tornare a segnalare che per lo più i naturopati vantano i loro successi terapeutici su forme lievi di malattia, a guarigione per lo più anche spontanea, o su patologie a carattere psicosomatico, o più semplicemente si rivolgono a pazienti già in buona salute desiderosi soltanto di accentuare il benessere soggettivo. In tutte queste situazioni l'esito favorevole è abbastanza probabile, a prescindere da una specifica terapia.

La naturopatia previene le malattie prima che si manifestino

Poiché tutte le malattie sarebbero dovute ad una trasgressione alle leggi di natura ed ai principi di vita sana, i naturopati si ritengono capaci di prevenirle prima che si manifestino.

In realtà, è nozione comune che le malattie (specie quelle infettive e legate all'ambiente) si manifestano anche in soggetti in ottima condizione fisica, improvvisamente ed inaspettatamente. Le obiezioni di questo tipo vengono respinte dai naturopati con argomentazioni speciose: in fondo è sempre possibile rivendicare, come avviene nel campo della fede religiosa, la sussistenza di cause predisponenti efficienti.

La medicina scientifica non si pone l'obiettivo di migliorare a lungo termine la salute

Questa affermazione è viziata dalla definizione di salute proposta dalle medicine alternative. Sembra inoltre non tenere in alcuna considerazione l'avvenuto allungamento della vita media e l'aumentata aspettativa di vita nei paesi con più

efficiente organizzazione sanitaria. Le statistiche mediche evidenziano non solo questa realtà, ma anche il fatto che sono aumentate la qualità complessiva della vita e l'aspettativa di vita esente da malattie che ne pregiudichino la qualità.

I naturopati invece sostengono che la qualità della vita nel mondo occidentale è peggiorata, soprattutto a causa del sistema medico vigente, che non curerebbe e non saprebbe curare le malattie, provocando per questo la loro cronicizzazione.

È indubbio come in una gran parte dei casi (ad esempio nelle malattie infettive acute e nelle emergenze medico-chirurgiche) la medicina scientifica sia sicuramente capace di ripristinare lo stato antecedente di salute. Diventa più insidioso discutere di questa affermazione quando si considerano certe malattie croniche. Prendiamo ad esempio le neoplasie: certamente la chemioterapia incide negativamente sullo stato di benessere dell'individuo, ma indubbiamente ne prolunga la vita. Nel caso del diabete, la terapia insulinica allunga enormemente la vita del paziente, esponendolo per questo alle complicazioni legate alla malattia primitiva; ma non è lecito attribuire queste alla terapia medica, come fanno certi naturopati.

Solo la medicina naturale riesce a individualizzare il trattamento

Dopo aver dato per scontato che non esistono malattie in astratto, ma solo alterazioni della salute caratteristiche per ogni individuo e da valutare caso per caso, la naturopatia pretende, come molte altre pratiche alternative, di potere individualizzare al massimo il trattamento, sia in base ad una anamnesi estremamente particolareggiata e comprensiva di tutti gli aspetti corporei e mentali, sia in virtù di una presunta maggiore duttilità dei rimedi utilizzati. Dal punto di vista pratico, tuttavia, in tutte le medicine naturali, la prescrizione terapeutica segue comunque schemi generali, ed anzi molte condizioni morbose abbastanza diverse vengono affrontate con strategie sovrapponibili. In pratica, mentre apparentemente l'intervento è piuttosto personalizzato, molte malattie vengono affrontate con gli identici mezzi, come se in realtà non avessero cause e manifestazioni distinte.

La medicina alternativa non richiede le enormi risorse della medicina farmacologica

Molte teorie mediche alternative, non riconoscendo che un limitato numero di quadri sindromici generici, e giocando tutte le proprie carte sulla individualizzazione del trattamento, non presuppongono diagnosi particolareggiate e dunque analisi chimico-fisiche e strumentali specifiche. Il processo diagnostico si basa per esse soprattutto su di una scarsa semeiotica e sulla sintomatologia soggettiva riferita durante il colloquio terapeutico. Ciò fa sì che la fase diagnostica impegni risorse assai limitate o addirittura nessuna ulteriore risorsa. Poiché si tratta di una medicina basata pressoché esclusivamente sul rapporto terapeuta-paziente, l'impegno sarebbe comunque da considerare perfino maggiore in termini di costo/orario.

La natura non sbaglia, non ha debolezze, non produce rischi

I naturopati ritengono che tutte le sostanze di origine naturale con funzione terapeutica non comportino rischi per la nostra salute; ed in pratica che ogni sostanza abbia una sua specifica azione. In realtà, invece, ogni sostanza di origine naturale, come quelle di origine sintetica, ha più di una azione sull'organismo e non tutte favorevoli.

Un classico esempio è quello dell'iperico (o Erba di San Giovanni), blando antidepressivo, una delle sostanze più note della farmacopea fitoterapica. Come accade con la maggiore parte dei farmaci (e nel caso specifico con quelli psicoattivi) agli effetti sull'umore si accompagnano importanti interazioni farmacologiche: con gli IMAO (inibitori della monoaminossidasi; potenzialmente fatali), con gli inibitori delle proteasi, le ciclosporine, la cumadina, la teofillina, la digossina, gli anticoncezionali e perfino il rischio di cataratta. A tutto ciò va aggiunto che questa sostanza è terapeuticamente di gran lunga meno efficace di molti farmaci di sintesi, utilizzabili con sufficiente sicurezza.

Il fatto stesso che le sostanze naturali abbiano azione terapeutica contraddice in ogni caso alla radice l'atteggiamento di rifiuto dei farmaci. Non si capisce infatti come potrebbe agire una sostanza naturale sull'organismo, se non esercitando un'azione a livello biochimico.

Le erbe hanno una naturale funzione guaritrice

Nella seconda metà del novecento si è dimostrato che i principi attivi delle piante agiscono sugli organismi animali in quanto "mimano" messaggi propri dell'organismo. Le cellule umane e in genere le cellule animali riconoscerebbero i messaggi chimici provenienti dal mondo vegetale in quanto tutti gli organismi hanno in comune fra di loro alcune sostanze ad azione biologica, perché derivanti da un comune processo evolutivo. La maggior parte delle strutture e dei processi biologici degli organismi più semplici e primitivi si ripetono in quelli più evoluti. E dunque c'è da aspettarsi che il numero di sostanze di derivazione vegetale ed animale riconosciute come in grado di avere attività curativa sia destinato a moltiplicarsi.

Nel campo della naturopatia, si è però convinti di qualcos'altro, vale a dire che queste sostanze di origine vegetale abbiano in certo qual modo un finalismo terapeutico per gli animali e per l'uomo. Questa visione antropocentrica della natura è tipica del pensiero religioso; non è possibile infatti dimostrare che le erbe abbiano "volutamente" una funzione guaritrice, giacché la natura, per come la concepiamo oggi, non esiste in funzione dell'uomo.

Affidarsi solo ai metodi verificati scientificamente limita le capacità operative dei medici

I medici alternativi ritengono di potersi e sapersi esprimere con maggiore libertà ed eclettismo, rispetto alle procedure standard ed alle linee guida della medicina ufficiale; e ritengono tale comportamento del tutto legittimo in relazione alla caratterizzazione estremamente individuale degli stati di malattia. Oltre a ciò, ritengono legittimo il ricorso a procedure e a trattamenti non specificamente convalidati e codificati. Ciò è

possibile perché è la loro stessa definizione di malattia e di stato di salute che rende vaga la verifica clinica dell'efficacia terapeutica delle proprie prescrizioni.

La medicina alternativa ritiene di avere acquisito, in certi casi, buone capacità operative ricorrendo ad un attento pragmatismo laddove era impossibile giungere ad una verifica scientifica (ad esempio, la ricerca dei punti efficaci dell'agopuntura); ed in effetti anche molte terapie mediche vengono usate (e soprattutto sono state usate a lungo) allo stesso modo. Ciò può farci capire come nella pratica medica, e nella scienza in genere, occorra non trascurare aprioristicamente ciò che non sembra misurabile, e come una buona dose di fantasia spesso aiuti il progresso scientifico, aprendo nuovi orizzonti esplorativi. Ma non dobbiamo estendere troppo il concetto. La scienza medica del nostro tempo è affidabile ed ha successo proprio in quanto è possibile ricondurre i processi diagnostici e le procedure terapeutiche a dei modelli di riferimento generale.

La medicina richiede anche fantasia e capacità di andare oltre il consolidato

Si afferma spesso che i medici alternativi affrontano i pazienti e le malattie con lo stesso spirito, ad esempio, dei pionieri che credevano nelle possibilità del volo contro il parere degli esperti e a dispetto delle teorie e credenze scientifiche del loro tempo. L'esempio può essere suggestivo e perfino convincente per alcuni; ma non ha alcun valore. Nella maggior parte delle pseudoscienze si confonde sistematicamente l'immaginazione con l'irrazionalità. La maggior parte delle invenzioni e delle scoperte scientifiche non si potrebbe spiegare se non con la curiosità e lo spirito di immaginazione di milioni di uomini, ognuno dei quali ha fornito il suo contributo; ma la scienza non procede a ruota libera, cavalcando su itinerari fantastici.

Le più importanti idee sono sempre state osteggiate dalla scienza ufficiale

Si rimprovera alla scienza di essere intollerante; ma la scienza risponde che è intollerante solo con l'errore. In realtà la medicina scientifica non ha nulla di contrario, in linea di principio, all'uso di rimedi naturali. Semplicemente pretende che la loro efficacia sia testata e che sia verificata la asserita assenza di effetti collaterali. La scienza è un processo continuo di accumulo di conoscenze e di ripensamenti; ma gli alternativi ne mettono in risalto i conflitti ideologici, citandoli come prova dell'intolleranza del sistema. Così si sente sempre riproporre, monotonamente, il caso di Albert Einstein, osteggiato a lungo ma poi riconosciuto universalmente come un genio innovatore. Ma questa citazione non ha senso nel caso della naturopatia. Evidentemente, tutto ciò che va contro le idee consolidate provoca una forte reazione, diffidenza e spesso ostilità, ma ciò non può essere usato per dimostrare la validità di ogni eresia. Solo le idee che hanno un reale fondamento finiscono con l'imporsi, rimettendo in discussione teorie generali ritenute inattaccabili. La naturopatia invece, ad esempio, in quasi due secoli, non ha mai inciso sulla medicina pratica; l'ha contestata vivacemente, ma senza portare alcuna evidenza a proprio favore; e non ha compiuto alcun evidente progresso, tanto è vero che molti testi pubblicati oggi sono assai simili a quelli di venti o cinquanta anni fa, e le uniche innovazioni sono semmai

quelle rese necessarie dall'adeguarsi alle novità o alle terminologie della medicina ufficiale (vedi il caso della psiconeuroendocrinologia e dell'immunologia). Inoltre, v'è da dire che, se è vero che nella scienza spesso alcune idee sono rimpiazzate da altre diverse, più frequentemente spiegazioni imperfette sono rimpiazzate da spiegazioni migliori, che estendono e completano quelle preesistenti, piuttosto che sovvertirle. Ciò non può essere considerato un fatto negativo; e dimostra anche l'apertura del sistema.

La medicina scientifica non raggiunge il suo scopo

Un elemento importante, che porta acqua alle medicine alternative, è che spesso, fra i non addetti ai lavori, si fa confusione fra scienza (medicina scientifica) e ordinaria pratica medica, che non sono necessariamente allineate. Molti comportamenti degli operatori della salute non hanno infatti l'avallo dell'evidenza scientifica; ma di questo sono responsabili i singoli operatori e non la scienza in sé.

Il progressivo aumento delle malattie croniche (quali quelle cardiache, cerebrali, artroreumatiche, il cancro e così via) dimostrerebbe, secondo gli alternativi, il fallimento della medicina scientifica, che non sarebbe capace di risolvere i problemi ma semplicemente allevierebbe i sintomi, illudendo i pazienti e portando alla cronicizzazione ed all'aggravamento dei loro malanni.

Il fatto che nella nostra epoca la maggior parte delle persone muoia per neoplasie o per malattie cardiache o degenerative in genere, è invece proprio la riprova che si vive meglio, che la maggior parte degli abitanti dei paesi più progrediti sono stati messi in condizione, dalla medicina scientifica, di superare le fasi critiche dell'esistenza: l'età neonatale ed infantile e le malattie infettive in primo luogo. L'età media di sopravvivenza non era infatti sostanzialmente mutata dall'epoca delle civiltà greca e romana fino al diciannovesimo secolo, ma si è rapidamente e progressivamente accresciuta dacché sono disponibili la chirurgia con anestesia ed in asepsi, i vaccini, gli antibiotici e le migliaia di farmaci di sintesi. Oggi, nei paesi occidentali, l'aspettativa di vita è intorno agli ottant'anni, laddove fino ad un paio di secoli orsono era poco più della metà. Se nei prossimi decenni crescerà l'incidenza di malattie dell'età più avanzata, come il morbo di Alzheimer, ciò dipenderà inevitabilmente dall'aumento della durata media della vita.

Secondo i sostenitori delle medicine alternative, il fatto che si stia registrando un netto incremento nel ricorso al naturale (alimenti ed erbe) sarebbe la riprova che la medicina scientifica ha fallito la sua missione di venire incontro alle esigenze delle persone. In questo atteggiamento possiamo invece cogliere un cinico ed immotivato rifiuto della scienza, una rivolta contro le istituzioni; ed è doveroso sottolineare anche il declino di una corretta educazione sanitaria, sostituita da un incontrollato flusso di informazione artatamente distorta.

Le obiezioni da parte della medicina scientifica

La maggior parte dei concetti delle medicine alternative e delle procedure che ne derivano sono un nonsenso, delle vere e proprie credenze (eventualmente a sfondo religioso), quando non rappresentano chiaramente delle frodi. Solo una piccola parte potrebbero essere incorporate, dopo opportuna verifica, nella medicina scientifica. E molti cultori dell'alternativo, senza alcuna cultura scientifica e senza nessuna specifica preparazione medica, si autodefiniscono "specialisti" in qualcosa, al di fuori di qualunque legittimità giuridica ed etica professionale.

La medicina naturopata non si basa su concetti e su di una mentalità scientifici

Il rifiuto del confronto con la scienza non è caratteristico solo delle medicine alternative, ma di tutte le pseudoscienze. Esiste oggi un diffuso movimento trasversale che in tutto il mondo occidentale si ostina nel contestare il pensiero scientifico ed i suoi prodotti, ritenuti funzionali all'esercizio del potere economico e culturale da parte di élite transnazionali. La delegittimazione della scienza ufficiale parte proprio dalla critica del metodo scientifico in sé e dalla contestazione delle affermazioni di fondo della scienza "convenzionale". Per tale motivo, la mancanza di scientificità nelle medicine alternative non è ritenuta dai suoi cultori un handicap, tutt'altro; essa piuttosto ne rafforzerebbe il valore conoscitivo, in quanto, non imbrigliati nelle maglie dell'artificio in laboratorio, i medici alternativi sarebbero in grado di cogliere meglio l'intima natura dei processi del vivente ed il ruolo fondamentale delle interazioni mente-corpo.

Questo rifiuto a priori della verifica sperimentale, e di un serio confronto con l'insieme delle conoscenze maturate dalle scienze naturali, è gravido di conseguenze. La natura infettiva di molte malattie, ad esempio, continua ad essere ampiamente contestata, e con essa l'utilità e la necessità dei vaccini. All'evidenza epidemiologica i naturopati hanno opposto a lungo semplici opinioni, la convinzione che alla base di tutte le malattie ci siano invece delle cause intrinseche all'organismo, senza poterle mai dimostrare, non solo, ma non sentendo neanche il bisogno di dimostrarle, giacché per loro la prova starebbe nei fatti valutati soggettivamente.

L'onere di un'affermazione "alternativa" spetta, secondo il metodo scientifico, a chi la propone, che deve dimostrarne la validità; non spetta al resto del mondo provare il contrario. Invece, generalmente, nel caso di affermazioni sul naturale e sull'alternativo, il metodo scientifico viene del tutto bypassato, attaccando chi viene ritenuto facente parte di un ottuso "establishment scientifico".

Ma la realtà dei fatti, soprattutto nel caso dei sistemi viventi, non è mai così ovvia come si vuole fare credere; per questo ogni affermazione richiede le necessarie verifiche e il risultato finale di ogni pratica terapeutica deve risultare riproducibile.

Cosa è naturale e cosa no

Nella legislazione della Comunità Europea non viene fatta, opportunamente, alcuna distinzione fra prodotti farmaceutici e/o per la salute "naturali" e prodotti "non naturali". A secondo dell'uso viene utilizzata la sola definizione di prodotto medicinale, che è *"qualsiasi sostanza o combinazione di sostanze utilizzate per trattare o prevenire malattie dell'uomo o di animali, somministrate per fare una diagnosi, ristabilire, correggere o modificare funzioni fisiologiche"*.⁴

Una affermazione comune fra i naturopati è che il corpo assume sostanze naturali incorporandole in processi metabolici "normali" naturali. In realtà è chiaro che non è così: il corpo umano utilizza anche sostanze nocive naturali entro processi abnormi (ad esempio la tossina botulinica che blocca il rilascio dell'acetilcolina o quella del tetano che blocca il rilascio di glicina).

Secondo i naturopati le sostanze organiche non naturali non vengano incorporate nell'organismo, ma si limitano ad interferire con i processi metabolici fisiologici. Una riprova dell'estraneità all'organismo di queste sostanze starebbe nel fatto che i farmaci hanno un'emivita, dunque vengono velocemente eliminati dall'organismo senza essere in alcun modo incorporati in esso. Ma queste convinzioni sono erranee; in realtà, ad esempio, l'insulina sintetica viene regolarmente utilizzata dall'organismo; sia i farmaci naturali, che quelli non naturali, che le sostanze prodotte dallo stesso organismo sono soggetti ad un decadimento nella loro concentrazione nell'organismo; e d'altra parte gli stessi componenti del corpo, come le cellule epiteliali o quelle ematiche, sono soggetti ad un veloce turnover.

I farmaci trovano nell'organismo dei recettori e dei leganti, che hanno affinità con loro proprio in virtù della propria struttura. Ma le cellule viventi non sono capaci di distinguere se gli elementi (organici o inorganici) che le raggiungono sono di origine naturale o no: ad esempio, se il ferro viene da un piatto di spinaci o da una tavoletta prodotta in laboratorio, giacché l'origine biologica non conferisce alcuna specifica "vitalità", o altre ipotetiche proprietà, ad alcuna sostanza. Per fare un altro esempio, secondo i naturopati gli ioni (calcio, ferro, etc) sono estranei all'organismo, che non li utilizza o assimila, e non verrebbero riconosciuti come antigeni; ma questi elementi sono invece parte integrale di molti coenzimi, intervengono in un gran numero di processi fisiologici, e come molte altre sostanze, naturali o no, non agiscono come antigeni, pur esercitando profonde influenze sul metabolismo.

Il concetto di stato di salute naturale

Una delle accuse mosse più frequentemente alla medicina scientifica è quella di non avere come proprio obiettivo il raggiungimento ed il mantenimento dello "stato di salute" dell'individuo.

Occorre allora precisare cosa si intenda come tale e quale sia effettivamente il fine delle diverse pratiche mediche.

⁴ La Professione, febbraio 2000, p. 13.

A lungo si è definito come stato di salute la *"normalità funzionale degli organi"*. Fino a metà novecento circa, essendo la pratica medica dominata dalle malattie infettive, poteva essere considerato sano soprattutto chi non ne era affetto. Conseguentemente, la pratica medica era caratterizzata soprattutto dalla lotta contro le malattie infettive acute e subacute (*"strategia dell'emergenza"*). Il cambio di scenario avvenuto con la diffusione di antibiotici e vaccini ha portato in seguito ad una netta prevalenza delle patologie cronico-degenerative, e dunque ha posto in primo piano la necessità di una loro adeguata prevenzione (*"strategia della sorveglianza"*). Il concetto di salute, grazie al sempre maggiore benessere fisico e psichico (mai giunto, prima di ora, ad un tale livello) si è nel contempo ampliato, fino ad indicare oggi, per alcuni, *"non [...] solo assenza di malattia, ma anche ricerca del benessere fisico, psicologico e sociale fino al più ampio concetto di qualità della vita [per cui] gli italiani sembrano prediligere una visione edonista ed efficientista della salute: il sentirsi in forma e quindi essere in grado di svolgere le normali attività o il generico sentirsi bene rappresentano l'essenza stessa della salute"*. In pratica, il concetto di salute si sarebbe nel tempo ampliato, fino ad includere aspetti che sono chiaramente al di fuori degli interessi della medicina pratica, quali la bellezza corporea e l'efficienza fisica; in ultimo, il concetto di salute arriva ad includere anche quella spirituale, cioè il completo benessere fisico, mentale, sessuale, e relazionale dell'uomo nel suo usuale ambiente di vita. Vengono così legittimati dei nuovi bisogni, quali il rispetto per la propria sensibilità e la ricerca di un buon feeling interpersonale sociale, quelle cose cioè che l'utente tradizionalmente non trova nella medicina scientifica ma che si suppongono invece in primo piano nel rapporto terapeuta-paziente con i medici alternativi.

Il concetto di "salute ottimale" o di "alto livello di benessere", promosso dagli alternativi, va infatti oltre il normale sentirsi bene e l'assenza di sintomi patologici. Interpretato in senso promozionale, può in qualche modo essere riassunto in alcune asserzioni: c'è qualche cosa (a) che tu puoi ottenere, (b) che solo chi pratica una certa disciplina ti può dare, (c) che i medici non conoscono e non vogliono conoscere. In pratica, queste affermazioni vengono ampiamente adoperate per promuovere prodotti non necessari, metodi e servizi di dubbia utilità, per raggiungere obiettivi (reali o ipotetici) tradizionalmente non previsti dalla pratica medica.

A queste affermazioni ed aspirazioni si può contestare che per la maggior parte di noi non esiste uno stato di salute ottimale, ma piuttosto uno stato intermedio di assenza di sintomi dal quale possiamo scostarci andando sia verso un maggiore che verso un minore benessere; dunque, la proposizione di una via verso il raggiungimento di un ipotetico ideale stato di salute ottimale non fa che indurre un nuovo bisogno.

È un dato di fatto che le richieste nel campo della salute molto spesso risiedano ad un livello un poco differente rispetto a quello considerato dalla medicina scientifica; sono soprattutto bisogni psicologici e spirituali. Siamo tradizionalmente abituati a soddisfarli con attività sociali, con i rapporti di amicizia e di amore, con la preghiera, con le arti, impegnandoci nel lavoro; ma senza pensare che questo tipo di risposte facciano in alcun modo parte della medicina. In pratica, si finisce per spostare i termini del problema: non più come mantenere la salute e guarire dalle malattie, ma

genericamente "come vivere meglio". Ma la medicina pratica non ha nulla a che vedere con questa pretesa dell'uomo moderno.

Il concetto di terapia naturale

Spesso si nota come il problema di stabilire quali siano gli effetti terapeutici di una sostanza e quali i suoi effetti indesiderati, venga dai più bypassato, e si tenda piuttosto a valutare se il prodotto in questione sia "naturale" o no, affermazione su cui si basa gran parte del messaggio pubblicitario sulle medicine alternative. Questo criterio di scelta di un prodotto (se naturale è buono, se artificiale no), nel caso che abbia azione farmacologica, non è per nulla giustificato. Discriminare fra prodotti naturali e artificiali è solo un criterio basato su pregiudizi. Non è dimostrabile che le sostanze di origine naturale abbiano maggiore efficacia terapeutica, o siano meglio tollerate di quelle non esistenti in natura o realizzate sinteticamente.

La somministrazione di integratori alimentari, tipica delle pratiche alternative, non è certamente una pratica naturale. Ciò che è contenuto in questi prodotti, venduti liberamente, non lo è né in dosi né in una forma naturale. Inoltre, nelle confezioni di integratori alimentari sono contenute molto spesso anche sostanze attive farmacologicamente, pur se in quantità inferiori a quelle dotate di un preciso effetto terapeutico. C'è poi una certa contraddizione di fondo nell'uso di questa formulazione industriale del prodotto rispetto alla sua diretta assunzione dal mondo vegetale, che secondo i naturopati dovrebbe essere quello di riferimento per tutte le nostre esigenze alimentari.

Le medicine alternative in genere non sono sempre né "naturali" né "olistiche"

Dal punto di vista sia dei principi generali che delle procedure diagnostiche e terapeutiche, la maggior parte delle medicine alternative sono tutt'altro che naturali; non è certamente naturale la diagnostica iridologica, in quanto nessun animale e nemmeno l'uomo l'ha potuta utilizzare per la maggior parte della sua storia; non sono naturali l'infissione di aghi, la moxibustione, le manovre dei chiropratici o la preparazione dei rimedi nella medicina ayurvedica. Ognuna di queste discipline ha invece alle sue spalle un percorso storico di indagine, più o meno razionale, parimenti a quanto accaduto per la medicina scientifica.

La presunta visione olistica è per certi versi una sorta di paravento, atto a nascondere le inadeguatezze concettuali e la vaghezza terminologica degli approcci alternativi; proprio con un processo opposto, di progressiva messa a fuoco di meccanismi particolari di funzionamento e di alterazione dei processi dell'organismo, la medicina occidentale è riuscita invece a compiere un balzo definitivo in avanti.

Ma anche nell'ambito delle stesse discipline olistiche, è oramai sempre più evidente la tendenza a focalizzare singoli problemi e a scindere il particolare dal generale; solo così si può spiegare la spinta all'automedicazione nel caso patologie minori, che invece, nella visione olistica, esigerebbero, né più né meno che le patologie maggiori, il ricorso ad un terapeuta esperto.

La medicina alternativa non deve essere introdotta nell'insegnamento medico se non ne viene dimostrata l'efficacia

In molti paesi, in particolare quelli anglosassoni, si discute da tempo sull'opportunità d'inserire le medicine complementari ed alternative nei programmi d'insegnamento delle scuole mediche.

Secondo i sostenitori delle medicine complementari ed alternative, non è infatti realistico continuare a ignorare quanto nella pratica funziona (almeno a loro giudizio), solo perché non ne è ancora sufficientemente chiaro il meccanismo d'azione; in sostanza, si dovrebbe tendere sempre più verso un approccio integrato alla salute ed alla malattia, superando contrapposizioni controproducenti, nell'interesse del paziente. Tale inserimento nei curriculum scolastici sarebbe legittimo ed auspicabile per almeno un paio di motivi. Il primo, che sicuramente, entro un limitato numero di anni, le medicine alternative diventeranno, visto il trend attuale, parte integrante degli interventi praticati nelle strutture ospedaliere, non ultimo perché la definizione stessa di medicina (come quella di salute) sarà diventata nel frattempo più ampia di oggi. Il secondo, che, poiché nella pratica medica sarà sempre più facile imbattersi in pazienti con una storia personale che include il ricorso alle medicine complementari ed alternative, sarà bene che il medico, soprattutto se di base, possieda il bagaglio culturale adeguato per gestire al meglio la situazione.

Il secondo motivo sarebbe una sorta di tentativo di salvare il salvabile, di mettere ordine in un universo caotico, di codificare delle pratiche che probabilmente saranno sempre più utilizzate dai medici, sotto la pressione della richiesta del pubblico, a prescindere dalla loro efficacia. Non è estranea a ciò la considerazione che fin tanto che le medicine alternative saranno per la maggior parte escluse dalla rimborsabilità, i medici vedranno in esse una proficua nuova forma di reddito, quando anche agissero con un semplice effetto placebo.

Nei paesi in cui le medicine complementari e alternative sono state in qualche modo inserite nella pratica medica, anche solo a livello sperimentale ed a scopo di valutazione, è stato necessario redigere delle linee guida, abbastanza rigorose nonostante l'apertura verso l'alternativo. Tali linee guida vengono spesso citate come prova di una avvenuta legittimazione delle stesse medicine alternative e come lasciapassare per l'introduzione di nuovi corsi di insegnamento; e sbandierate nel promuovere, presso il grande pubblico o gli operatori della salute con atteggiamento meno critico, metodi di cura ancora tutt'altro che provati; e con un effetto domino supportano le pretese di chi invoca maggiori concessioni all'alternativo.

Dal punto di vista della medicina scientifica, le verifiche sull'efficacia di tali pratiche non possono che essere anteposte alle scelte politiche. Per questo, accettando il confronto con le medicine alternative, ci si deve oggi chiedere essenzialmente: (a) come stabilire se queste terapie siano davvero efficaci?, e (b) come integrarle alla pratica medica, nel caso che si dimostri l'efficacia di qualcuna di esse?

Il primo punto è il più conflittuale. I medici alternativi non solo ritengono illegittime molte affermazioni che di fatto rendono la medicina scientifica assolutamente impermeabile verso le loro istanze, ma contestano anche la metodologia scientifica in

sé, laddove ad esempio si tratta di verificare l'efficacia o non di qualcosa. In linea di massima l'osservazione aneddotica e la valutazione soggettiva vengono di fatto anteposte dai medici alternativi alle analisi su base statistica, in doppio cieco e tramite trials prolungati su ampie popolazioni. Questa opposizione di principio non può essere superata facilmente, perché proprio sulla base di questo diverso atteggiamento sperimentale la medicina scientifica si è differenziata (con indubbio successo), da più di un secolo, da un certo pensiero medico che l'ha preceduta, e di cui la medicina alternativa fa invece ancora parte.

Ma anche nell'ipotesi che un giorno alcune delle tecniche proposte dalle medicine alternative dimostrino una loro efficacia (in particolare nel caso dell'agopuntura), come integrarle nella medicina scientifica? Il conflitto fra medicine alternative e medicina scientifica è infatti un vero e proprio conflitto fra sistemi dottrinali per molti aspetti incompatibili. La medicina scientifica è oggi indubbiamente quella che offre le spiegazioni e le risposte pratiche più soddisfacenti. L'accoglimento nel bagaglio medico di argomentazioni in chiaro conflitto con dati sperimentali ampiamente consolidati (ad esempio la ipotetica più intensa azione farmacologica delle diluizioni omeopatiche di una sostanza) non sembra neppure lontanamente pensabile.

Da un punto di vista pratico, anche non tenendo conto delle precedenti considerazioni, il punto centrale non è quello di stabilire quali sistemi medici alternativi possano essere introdotti nella pratica medica, ma piuttosto di evidenziare quali "rimedi" possano essere utili e quali no, e come usarli.

Ma come è possibile incorporare, se pure lo si volesse, le medicine alternative nel curriculum formativo dei medici? Il problema è di grande attualità, e viene discusso nelle facoltà mediche e nelle organizzazioni professionali.

Superate le contrapposizioni di principio, occorrerebbe valutare criticamente la letteratura prodotta dai medici alternativi, soprassedendo per il momento su considerazioni generali sulle singole dottrine e focalizzando l'attenzione su singoli temi, su specifici trattamenti per ben identificate condizioni. Alcune fra le medicine alternative suscitano maggiori aspettative di efficacia (la chiropratica, l'agopuntura, il massaggio, gli approcci integrati mente-corpo).

Ma l'apprendimento delle medicine alternative non può essere solo teorico; deve comprendere un'adeguata pratica clinica, di non facile attuazione. Introducendo la sperimentazione clinica sulle terapie alternative nella routine ospedaliera e nei curriculum formativi e sottoponendola a linee guida, si corrono infatti diversi rischi: (a) quello di fornire loro, involontariamente, una ingiustificata credibilità, (b) quello di convalidare metodi di diagnosi e di ragionamento clinico irrazionali e non supportati scientificamente, (c) quello di trasferire direttamente nella pratica clinica prodotti (ad esempio erbe, che sono veri farmaci) che non hanno superato l'iter sperimentale previsto per tutti gli altri medicamenti.

Controllare medicina scientifica e pratiche alternative presuppone che delle seconde si sia provata l'efficacia; inoltre i medici alternativi dovrebbero essere ben coscienti dei limiti delle loro terapie e parlarne apertamente, cosa che di fatto non avviene.

Le medicine alternative, nonostante la pretesa di costituire un sistema medico completo, non aiutano a sviluppare una mentalità critica; e dunque, come sottoporle a

studenti che mancano di esperienza e rischiano di essere fortemente disinformati? Il loro insegnamento rischierebbe col divenire un semplice indottrinamento, anche perché la pratica alternativa è già di per sé fortemente legata agli aspetti della comunicazione. Poiché gli aspetti emozionali e relazionali sono fondamentali nelle medicine alternative, occorre che gli studenti siano in grado di tenerne conto: per questo dovrebbero innanzitutto conoscere le tecniche di comunicazione corporea, di propaganda, di suggestione e ipnosi, di memorizzazione, ma dovrebbero anche essere in grado di ben ponderare il valore delle testimonianze e la cattiva interpretazione dei sintomi e delle sensazioni da parte dei pazienti.

Inserire l'insegnamento delle medicine alternative (o almeno di alcune di esse) all'interno dei programmi universitari (quanto meno per adeguarsi alla realtà della medicina pratica di questi tempi) darebbe forse una possibilità in più a tutti i medici di rispondere alle maggiori richieste dei propri clienti; ma in questi termini il problema sembra piuttosto mal posto. In realtà, l'obiettivo primario delle scuole di medicina è quello di preparare dei professionisti capaci di curare le persone utilizzando trattamenti di provata efficacia; e dunque la questione che occorre mettere sempre prima sul tavolo è la dimostrazione della efficacia clinica dei trattamenti alternativi. Il medico non deve abdicare al suo ruolo, nel timore che il suo cliente, alla fine, "sotto la sua responsabilità", possa ricorrere, altrove, a trattamenti non provati o affidarsi ad un ciarlatano.

I medici naturali allontanano i pazienti dalle cure efficaci

La più importante critica alle medicine alternative in genere è quella di sottrarre i pazienti ad percorso diagnostico adeguato e ad una terapia in linea con gli standard ottimali. In pratica, non c'è alcun motivo per rifiutare o abbandonare una terapia comunemente ritenuta efficace, se non allorquando se ne conosca una migliore, possibilità invero molto remota pescando fra le medicine alternative. Spesso i medici alternativi nuocciono ai propri pazienti o sottoponendoli a terapie di non provata efficacia (e dunque esponendoli ai rischi di un peggioramento o di una cronicizzazione della propria patologia), oppure perché non giungono alla formulazione di una corretta diagnosi, per i limiti concettuali della propria disciplina (nel caso della medicina naturopata, ad esempio, per la erronea concezione delle malattie infettive e della patologia tumorale).

Gli alternativi, peraltro, affermano che oggi questo rischio è assai minore che in passato, per una maggiore attenzione da parte loro e anche perché il pubblico è più esigente e meglio informato.

Dunque, sembra imporsi, fra gli adepti dell'alternativo, la tendenza a convivere con la medicina ufficiale, evitando ad esempio di sconsigliare gli interventi chirurgici o l'uso di farmaci essenziali e salvavita. Un atteggiamento tipico (di assai dubbia legittimità) è così quello di consigliare ai propri pazienti di continuare la terapia a base di farmaci convenzionali, ma riducendo nel tempo le dosi, in base al miglioramento clinico e sostituendoli gradualmente con prodotti alternativi.

I medici alternativi ritengono anche che negli ultimi anni sia migliorata la capacità del pubblico di capire quando è possibile andare da un medico alternativo e quando invece è indispensabile una terapia tradizionale. Ma questo ragionamento non può essere accettato, perché la delega di giudizio al paziente stesso può portare a serie conseguenze.

La naturopatia non ha una sua precisa dimensione

La naturopatia può essere definita soprattutto a partire da quello che non è, essere cioè inquadrata per come in opposizione alla medicina scientifica. Nonostante circa due secoli di storia, non si può dire tuttavia che abbia raggiunto una sua precisa dimensione ed una sua coerenza. Le stesse idee di base sono state forzatamente adattate, laddove possibile, ai nuovi tempi ed alle acquisizioni della medicina scientifica, senza che all'interno del movimento naturopata si siano registrati progressi autonomi.

Particolarmente importante appare il frequente atteggiamento di vittimismo da parte di chi la esercita e di chi vi si rivolge, convinto di fare ricorso a qualcosa sinceramente valido. Portato all'estremo, questo atteggiamento diventa franca ostilità a tutte le pratiche della medicina scientifica e soprattutto a tutte le novità della scienza in genere (organismi geneticamente modificati, clonazione etc...), che si manifesta con campagne ricorrenti: ad esempio quella contro la fluorizzazione delle acque, contro le amalgame dentarie, o contro i vaccini. Questa opposizione a testa bassa può forse essere interpretata come una reazione emotiva di ipercompensazione di fronte alla debolezza intrinseca di ogni pratica alternativa

La naturopatia non ha superato la concezione del vitalismo

Tutte le medicine alternative si fondano su di una concezione "vitalistica" dell'essere umano e della natura in genere. La capacità dell'organismo di autoguarirsi e di orientare le sue funzioni al fine del raggiungimento di uno stato ottimale, la partecipazione dell'uomo a meccanismi fondamentali propri di tutti gli organismi viventi, sono tutte derivazioni di una idea che ha permeato per secoli il pensiero occidentale. Ma proprio il superamento del vitalismo è stato un passaggio fondamentale nell'evoluzione della pratica medica.

Secondo la medicina scientifica, il corpo è una macchina molto complicata; secondo le medicine alternative esistono invece un'unità fondamentale mente-corpo ed un principio immateriale ordinatore di tutti i processi che avvengono nel vivente; una non meglio precisata intelligenza o forza vitale distinguerebbe il mondo animato da quello organico. Da qui la concezione che lo stato di benessere ottimale sia quello in cui questa energia vitale è libera di esprimersi e di fluire "naturalmente". La vera guarigione "naturale" si attuerebbe non solo con il ripristino della funzione di un organo, ma il riequilibrio dei flussi "energetici" del corpo e il ripristino del loro potenziale. Le erbe, agenti terapeutici per eccellenza, conterrebbero non tanto elementi metabolicamente attivi, quanto piuttosto "virtù vitali".

L'incapacità ad uscire dal vitalismo è l'elemento rivelatore più evidente della arcaicità della concezione della naturopatia.

La naturopatia pecca di ingiustificato idealismo e finalismo

Non solo le medicine alternative, ma praticamente tutta la psicosomatica sono intrise di idealismo e finalismo, molto utili nel rapporto medico-paziente e con un proprio valore terapeutico, ma che portano a concezioni unilaterali che allontanano dalla realtà dei fatti, in quando tendono a forzare l'approccio medico entro logiche precostituite, spesso estremiste e più vicine al carattere di una religione.

Il medico idealista inoltre se ne fa una forza (e finisce col prestare minore attenzione ai risultati), laddove il medico scientifico è sempre assillato dal dubbio e dalla priorità data alla verifica clinica.

Le teorie naturopatiche sono bizzarre; mancano il supporto sperimentale e le prove di efficacia

I prodotti e le tecniche adoperati nella naturopatia sono efficaci? e se sì, lo sono di più e con maggiore sicurezza di quelli preparati dall'industria farmaceutica? Le poche reali sperimentazioni ben condotte non hanno mai convinto i ricercatori. A lato di ciò esiste un'abbondante, quanto poco convincente, letteratura che ne vorrebbe documentare positivamente gli effetti. La produzione di rimedi a base di erbe è per lo più al di fuori di ogni regolamentazione, e le autorità sanitarie si limitano a intervenire allorquando vengono segnalati dei problemi conseguenti alla loro assunzione. A causa di ciò, non si può avere alcuna garanzia circa la purezza e il dosaggio di queste sostanze; e d'altra parte in molti casi non si hanno certezze scientifiche circa gli effetti secondari ed i rischi.

La medicina scientifica viene pure essa accusata di usare spesso sostanze inefficaci; in effetti i trials supportano l'efficacia di terapie e procedure solo in una limitata percentuale di casi, talora molto bassa come nel caso delle procedure chirurgiche in età pediatrica. Va notato tuttavia che non ci si deve limitare a considerare dimostrativi solo i trials; anche gli studi prospettici ed i follow-up forniscono evidenze incontestabili sull'efficacia delle terapie e procedure abituali. In pratica, bisogna individuare diversi livelli di evidenza, e i trials in doppio cieco forniscono la migliore garanzia.

Ma qual è la conoscenza scientifica di base richiesta a chi (soprattutto se non medico) segue i corsi di naturopatia? Quanto si studia di altre scienze e discipline di base (chimica, fisica, statistica etc?). La maggior parte dei medici alternativi in realtà non sa bene quello che fa (nonostante la sbandierata sicurezza e competenza).

Ma per supplire a questo vuoto culturale non difettano le vie di fuga: ad esempio, alla suggestione delle antiche diagnosi e prescrizioni in lingua latina, dal significato incomprensibile ai più, vengono sostituiti improbabili concetti e terminologie dal fascino esoterico. Quando necessario (quasi sempre) si tira fuori l'inafferrabile concetto di "energie". Ma ancora più caratteristico dell'atteggiamento di molti medici

alternativi è il rifiuto di modificare le proprie idee alla luce dell'evidenza, l'appello al principio di autorità piuttosto che alla verifica sperimentale.

Nell'ambito della naturopatia non esiste una letteratura specifica accreditata, ma solo una collezione di testi che riflettono i punti di vista di innumerevoli scuole, spesso incompatibili fra di loro. Le idee e le convinzioni di chi pratica la naturopatia derivano così per lo più dall'insegnamento arbitrariamente impartito all'interno di una particolare scuola.

C'è una scorrettezza di fondo

Molti fra quanti propugnano l'alternativo, in realtà, non hanno una sincera intenzione di verificare, approfonditamente e con metodologia non ambigua, l'efficacia e i meccanismi di funzionamento di ciò in cui credono.

Crederci sinceramente in quello che si sta facendo, non offre garanzie all'utente cliente; al massimo sgombra il campo da trucchi, frodi conclamate ed imposture.

In molti casi il conflitto di interessi nelle medicine alternative è perfino maggiore che nella medicina tradizionale (naturopati che vendono integratori alimentari, terapeuti che vendono libri e apparecchiature di autodiagnostica). Molti farmaci della medicina naturale non sono naturali; Ad esempio i "chelanti" come l'EDTA (acido etilendiaminotetracetico). Come nella medicina tradizionale, il ripetersi delle visite può essere indice di semplice tornaconto economico.

Le terapie alternative sono dirette soprattutto verso le malattie minori

Alcuni autori parlano di malattie "con le gambe deboli", che sarebbero quelle in cui più che agire con una terapia eziologica precisa, spesso basta semplicemente rafforzare le difese dell'individuo per averne una guarigione. È piuttosto evidente, leggendo qualunque libro sulle medicine naturali, come le terapie alternative "evitano" il più possibile di confrontarsi con le malattie più serie, così come non prendono affatto in considerazione quelle di interesse chirurgico, genetiche, etc.

Gran parte dei risultati vantati dalle medicine cosiddette "dolci", d'altra parte, si basano sull'effetto placebo. In esse, dunque, la suggestione gioca un ruolo fondamentale. E le vantate casistiche sono costruite soprattutto sulla base dei racconti dei pazienti piuttosto che su rigorosi riscontri clinici e epidemiologici.

Molte terapie alternative non sono effettivamente tali

La meditazione, le tecniche respiratorie, l'espressione delle emozioni, rappresentano più che altro delle tecniche di vita sana piuttosto che veri precetti medici. Molti medici alternativi prescrivono elementi naturali di cui non conoscono le proprietà, in base a regole astratte e assolutamente personali; e tale comportamento è quanto di più artificioso si possa pensare. Uno dei limiti di questo procedimento curativo è quello di essere centrato su prospettive assai limitate, su di una visione del tutto unilaterale dei disordini dell'organismo (il chimismo della vita è assai più complesso), mentre la stessa medicina alternativa, per altri versi, ha sempre sostenuto di mirare alla globalità della persona e dunque a tutto l'insieme dei suoi equilibri.

Gli integratori alimentari non hanno una chiara funzione. Non esistono prove sicure sulla loro presunta efficacia nel prevenire le malattie. L'effetto positivo sarebbe legato solo al migliorato stile di vita assunto da chi si rivolge al naturale, per esempio un migliore controllo della dieta, piuttosto che ad un effetto terapeutico vero proprio.

Le molte teorie non sono supportate da studi sistematici

Nella medicina naturale la "sensibilità" e l'intuizione" del terapeuta vengono anteposte alla logica; così le diagnosi di diversi operatori possono divergere in maniera clamorosa, secondo l'orientamento delle scuole e le preferenze personali.

Le casistiche sono per lo più aneddotiche. Mancano i confronti in doppio cieco e con i farmaci utilizzati dalla medicina scientifica. Nell'ambito della fitoterapia e dei supplementi nutrizionali, la ricerca delle caratteristiche chimiche e delle proprietà biologiche dei prodotti è sufficientemente avanzata e curata, (perché i principi chimici sono già studiati dalla medicina scientifica), ma la sperimentazione clinica specifica del prodotto fitoterapico è in genere assai limitata.

Grazie alla mancanza di quei filtri istituzionali che impediscono una prematura commercializzazione dei farmaci, la propaganda e la diffusione delle pratiche e dei rimedi delle medicine naturali precede le indispensabili conferme cliniche (anche la medicina scientifica, in non pochi casi, è risultata carente in questo senso, specie in passato). L'uso di spiegazioni pseudo-scientifiche prevale sulle conoscenze reali e dunque verificabili, e molti concetti semplicemente non significano niente.

Nel caso delle scienze sperimentali si parla spesso di "validazione" di una teoria. In effetti, il metodo scientifico non prevede che si possa definitivamente assumere per vera una teoria, ma solo che essa possa essere utilizzata in via temporanea, in attesa di essere superata. La scienza cerca risposte, le migliori possibili, ai suoi interrogativi, fino nei più piccoli particolari, ciascuno dei quali viene sempre riconsiderato.

Nella naturopatia, invece, non si evidenzia questo processo, questo crescere di consistenza del sistema. Essa cerca di essere coerente con se stessa (lo stesso avviene per l'omeopatia etc) e in un certo senso vi riesce; ma per restare tale non solo evita di confrontarsi a tutto campo con le altre scienze, come la fisica e la chimica, ma pretende di passare oltre, ipotizzando riferimenti a categorie fenomeniche diverse, ignote alla scienza ufficiale.

Ciò che funziona sul singolo non ha valore generale

Una delle caratteristiche del metodo scientifico è quello di usare il caso singolo solo come spinta allo studio; ma le decisioni concrete non possono essere prese che in base a considerazioni di tipo diverso, statistiche, su doppio cieco etc... Purtroppo il senso comune privilegia spontaneamente le spiegazioni basate sui singoli casi. Una pratica medica può forse in qualche modo "funzionare" su di un certo paziente, ma ciò non implica che funzioni su altri.

I conflitti.

Quanti credono nell'efficacia delle terapie alternative manifestano spesso, nello stesso tempo, un certo disprezzo verso la medicina scientifica o alcuni suoi aspetti. Le affermazioni più decise contro la medicina scientifica per lo più provengono da coloro che sono più esposti agli interventi dei "quackbusters" ("acchiappafrode"), gli indagatori scettici e razionalisti che monitorano criticamente il vasto mondo delle frodi sanitarie.

La medicina convenzionale non risolve i problemi?

Agli occhi dei naturopati, la medicina scientifica non solo non guarisce o guarisce male, ma causa anche, in un'alta percentuale di casi, nuovi problemi. Ma è facile fare queste obiezioni, se si sorvola sul rapporto fra successi ed inconvenienti della pratica medica corrente. Cosa succederebbe, infatti, se improvvisamente la medicina scientifica lasciasse il campo libero, in esclusiva, a tutte le altre forme di intervento alternativo? quanti pazienti si salverebbero, per non essere stati uccisi dai medici e quanti pazienti invece morirebbero per non essere stati salvati dai medici?

Ovviamente, non è possibile proporre un esperimento come questo (cui sicuramente non si offrirebbero neanche i medici alternativi); ma i suoi risultati possono essere inferiti da due situazioni bene analizzabili: (a) il grado di salute e le statistiche sulla sopravvivenza in paesi del mondo attuale in cui la medicina scientifica è carente, e (b) il grado di salute e le statistiche sulla sopravvivenza nel nostro passato, quando la medicina non aveva raggiunto i livelli di oggi ed invece le medicine naturali erano in gran parte allo stesso livello di oggi (a parte le contaminazioni da parte della medicina scientifica). Le statistiche sulla mortalità sono quanto mai chiare.

E' un dato di fatto che nei paesi del terzo mondo vi è una pressante richiesta di assistenza medica prestata secondo criteri scientifici e non verso il mondo dell'alternativo. Quando infatti un medico alternativo si trova di fronte a problemi come un attacco di appendicite, una meningite o un infarto del miocardio, cosa può fare di meglio se non inviare il suo paziente ad un operatore "convenzionale"?

A differenza della medicina "allopatrica", la medicina naturale non determinerebbe l'insorgere di nuove patologie, né effetti tossici

L'affermazione che un certo intervento è privo al 100% di effetti collaterali (vedi il caso dell'omeopatia) è in effetti la più chiara indicazione di come esso risulterebbe probabilmente inefficace laddove vi sia una situazione clinica importante; che il suo effetto è solo placebo (in realtà vi è un importante effetto collaterale: la mancata adozione o l'abbandono di una terapia realmente efficace).

Affermare che una medicina è innanzitutto sicura non significa che essa sia anche efficace. Da una terapia ci si aspetta allo stesso tempo che sia efficace e il più possibile sicura. Un esempio chiaro di questo equivoco di fondo è l'atteggiamento di fronte alle vaccinazioni obbligatorie. I naturopati pubblicizzano, con grande clamore, i presunti

danni da vaccinazione, e ritengono che il numero di persone che li subiscono sia elevato. Ma per una analisi corretta occorre ovviamente (oltre a verificare se effettivamente si siano verificati questi danni) confrontare questi numeri con il totale delle persone che in alternativa sarebbero state colpite dalle malattie contro le quali si vaccina. Le prove sull'efficacia dei vaccini sono inconfutabili, anche se purtroppo sui grandi numeri l'intervento non può essere assolutamente privo di rischi.

Molte nostre attività abituali comportano evidentemente un certo numero di rischi: non solo attraversare la strada o guidare un veicolo, ma perfino mangiare e bere (per le possibili infezioni alimentari). Pretendere dunque di limitare il proprio raggio di azione a ciò che è assolutamente sicuro significherebbe rinunciare alla maggior parte delle nostre attività quotidiane.

In ogni caso, nella medicina scientifica ci si interroga sistematicamente sui rischi delle procedure e delle terapie, sugli errori diagnostici e sui danni derivati, cosa che non sembra avvenire nel campo dell'alternativo, arroccato nella dogmatica presunzione del "rischio zero".

La medicina ufficiale denigra la medicina naturale perché vuole difendere il suo potere culturale?

In mancanza di argomenti migliori, la conflittualità di certa medicina alternativa abbandona facilmente la strada della "filosofia" per servirsi di argomentazioni politiche. In questa prospettiva, la medicina scientifica e la scienza in genere vengono demonizzate, rappresentate come espressione di un potere ideologico oltre che economico, che cerca soprattutto di difendersi da qualunque minaccia, ingannando la gente. In questa ottica, le obiezioni ed il debunking delle affermazioni degli alternativi non vengono contestati con argomentazioni scientifiche, ma rigettati con censure ideologiche ed atteggiamenti emotivi.

La medicina ufficiale causa o favorisce l'emergere di nuove malattie?

Spesso si sente affermare che la pratica medica avrebbe determinato l'insorgere di nuove malattie, il cronicizzarsi di quelle già presenti, ed il trasformarsi di malattie lievi in altre più gravi.

A riprova di questa convinzione si citano perfino le statistiche di mortalità. Secondo esse, si sostiene, una volta gli adulti morivano in gran parte "naturalmente" per vecchiaia, mentre ora con sempre maggiore frequenza si muore per tumori o per le conseguenze di gravi patologie degenerative (come l'arteriosclerosi). Ma è davvero così?

Nei paesi industrializzati, attualmente, circa la metà dei decessi avviene per tumori e malattie cardiovascolari, tipiche dell'età più avanzata (anzi in un certo senso quasi "naturali" ad una certa età). Questa percentuale è certamente cresciuta considerevolmente rispetto a uno-due secoli fa, ma solo proprio perché ora la gente ha la possibilità di invecchiare, essendo state eliminate o ridotte al minimo (grazie a vaccinazioni, antibiotici, purificazione delle acque, igiene degli alimenti) molte altre

cause di mortalità tipiche delle fasce di età antecedenti quelle in cui si manifestano tumori e cardiovasculopatie.

La medicina scientifica tende a ritenere che il prolungamento della vita media abbia determinato l'emergere di malattie (in parte favorite da una certa predisposizione genetica), quasi inevitabili con l'allungarsi della vita, e dunque in un certo senso esse stesse "naturali". Secondo gli alternativi, invece, questa analisi non è corretta, giacché stile di vita, regime alimentare e fattori ambientali sarebbero decisamente più importanti

La medicina naturale va al cuore del problema mentre quella convenzionale "medicalizza" il paziente?

È prassi consolidata, soprattutto superata una certa età, fare eseguire lunghe serie di accertamenti, laboratoristici e strumentali, alla ricerca (generalmente senza esiti) di segni di malattia; essi non aiutano direttamente la condotta medica, ma la supportano di essenziali elementi indicatori e rivelatori. Gli scrupoli di questa diagnostica differenziale sono tipici della medicina scientifica, spesso ingiustificati, ma nel contempo riflettono un approccio assai più esaustivo ai problemi. Molto spesso, così facendo, si riesce a definire correttamente le situazioni cliniche o a rivelarne di inattese. L'atteggiamento del medico alternativo è invece in genere (almeno in teoria) di snobismo se non di avversione verso tutto ciò; ma proprio per questo egli diviene incapace di svelare problemi diversi da quelli che si era posto e non può escludere altre possibili cause per i problemi già individuati.

La medicina ufficiale ha ampi interessi e connivenze con il potere delle lobby farmaceutiche?

La medicina convenzionale viene sempre additata come partecipe di una più ampia cospirazione sulle spalle e sulla pelle dell'inerte cittadino, tesa al suo asservimento culturale ed al proprio profitto. Proprio per questo motivo essa sarebbe così ostile a tutte le pratiche alternative. La medicina scientifica, fra l'altro, non potrebbe accettare rimedi naturali o rimedi a basso prezzo. L'aumento cospicuo del fatturato delle aziende produttrici di prodotti omeopatici e la diffusione incontrollata degli integratori alimentari e delle vendite on-line di prodotti di non provata efficacia dimostra invece, quanto meno, che la logica del profitto investe pienamente anche il campo dell'alternativo.

Le lobby della medicina scientifica cospirano contro i cultori di quelle alternative per screditarli?

L'idea paranoica di essere vittima di una cospirazione affascina molti, e viene adoperata frequentemente per dare un senso di identità ad un gruppo. I medici impegnati nella lotta contro la ciarlataneria farebbero dunque parte di un sistema più ampio cui parteciperebbero la FDA e le altre organizzazioni similari, che non solo vorrebbero distruggere l'industria degli integratori alimentari, ma intenderebbero

controllare tutta la nostra vita fino a giungere ad un unico governo mondiale, in nome dell'ONU o del demonio stesso.

Secondo Carl Sagan il percorso della ricerca scientifica è sempre in equilibrio fra un'esigenza di aprirsi a nuove idee, anche bizzarre, e quella di esaminarle scetticamente, e questa attitudine scettica è l'unica a doverci guidare, perché la maggioranza delle nostre ipotesi alla fine si dimostrano sbagliate. Fra le pseudoscienze e gli errori della scienza c'è una differenza fondamentale: la scienza cerca di correggere gli errori uno per uno, con un processo di analisi critica. Nelle pseudoscienze, invece, viene edificato un castello così bene costruito da divenire inattaccabile; e quando ciò viene tentato, si grida subito alla cospirazione.

Molti trattamenti alternativi funzionano meglio di quelli convenzionali?

Secondo la filosofia di fondo delle medicine alternative, fare stare bene le persone è cosa diversa dal comprendere il funzionamento del corpo umano. In effetti le medicine alternative si sono storicamente interessate soprattutto o essenzialmente dell'aspetto curativo, e ciò viene puntualmente segnalato dalla medicina scientifica come un loro evidente limite.

Un approccio basato sulla cura dello "stato di malessere", prescindendo dalla comprensione dei meccanismi fisiopatologici, qualche volta può essere in effetti efficace, ma è improponibile nella maggior parte delle situazioni morbose, soprattutto le più gravi e complesse.

La tradizione aneddotica sull'efficacia di certe pratiche alternative è vasta; si legge sempre, ad esempio, che nell'ottocento la medicina omeopatica avrebbe ottenuto in Inghilterra maggiori successi nella terapia del colera rispetto alla medicina ufficiale. Ma questa asserzione non appare confermata ad un riesame critico della vicenda, né è accertato che la omeopatia abbia realmente causato una guarigione dei pazienti; inoltre nessun medico omeopatico sarebbe in grado oggi di ripetere (o proverebbe a ripetere) quell'intervento, convalidando sul campo la sua efficacia, nonostante nei paesi sottosviluppati il colera sia ancora endemico e un tale economico approccio risulterebbe quanto mai prezioso.

Molti medicinali naturali avrebbero un'efficacia pari a quelli della medicina convenzionale, o comunque, anche se meno efficaci, non ne avrebbero gli effetti tossici, in quanto nel fitocomplesso sono presenti sostanze inerti e sostanze che regolano l'azione farmacologica. Quale esempio classico viene riportato quello del rabarbaro, nel cui fitocomplesso sono presenti, oltre ai sennosidi ad azione lassativa, dei tannini che ne rendono l'azione meno aggressiva, perché ad effetto astringente. Occorre tuttavia sottolineare come la fitoterapia, per quanto in una certa misura utilizzata dai naturopati, sia piuttosto una disciplina a sé, con solide basi dottrinali, e a tutti gli effetti costituisca una branca della medicina scientifica.

La medicina naturale, pur non essendosi ufficializzata, è praticata da millenni

La medicina scientifica è una medicina che guarda al futuro e che spera, grazie all'avanzamento delle ricerche, di potere un giorno arrivare a guarire sempre più e

sempre meglio malattie attualmente a forte impatto sociale come i tumori, la sclerosi multipla, o le demenze, replicando i successi degli ultimi decenni contro malattie un tempo piaghe ricorrenti nella storia umana.

Di fronte a questo indiscutibile progresso, quello complessivo delle medicine complementari ed alternative resta invece un movimento che guarda all'indietro, anche di centinaia di anni.

Spesso si pensa che l'antica origine e l'ampia diffusione attuale (peraltro soprattutto in paesi con sistema sanitario molto meno evoluto ed efficiente di quello attualmente diffuso nel mondo occidentale) costituiscano di per sé una garanzia di efficacia di queste pratiche, e, possibilmente, che in tempi antichi qualcuno avesse maggiori conoscenze di quelle nostre attuali. Ma si tratta chiaramente di un'illusione. Come quella che chi pratici le medicine naturali sia guidato da una maggiore onestà intellettuale e da una più profonda umanità.

C'è anche chi pensa che le pratiche curative naturali siano state soppiantate da quelle della medicina convenzionale solo al fine di alimentare il business della medicalizzazione della salute. La medicina "naturale", a differenza della cosiddetta "allopatrica", non si sarebbe autoufficializzata, e ciò testimonierebbe in favore del suo interesse prioritario verso l'uomo e la "verità", anziché verso il potere ed il guadagno: *"per certi versi la medicina ufficiale è diventata tale solo perché si è ufficializzata da sola. Come accade spesso nell'ambito di alcune professioni, un sottogruppo comincia a organizzarsi burocraticamente e politicamente; ma la forza organizzativa e politica, e magari i riconoscimenti e la diffusione di massa, non significano necessariamente il possesso della verità".*⁵

Come comportarsi con il paziente che chiede una terapia naturale?

Di fronte alla possibilità dell'impiego di un farmaco o di un trattamento di comprovata efficacia verso una precisa malattia, è possibile adottare un atteggiamento di "attesa" ed affidarsi alle sole "risorse" delle pratiche naturopatiche? Le prescrizioni che di fatto confidano pressoché totalmente nella *"vis sanitatrix naturae"*, non sembrano arrecare particolari danni nel caso di malanni che evolvono spontaneamente verso la guarigione; ma come affidarsi *"irrazionalmente"* a questa speranza, rinunciando fra l'altro a tutto l'iter diagnostico strumentale e laboratoristico?

Molti operatori dell'alternativo aggirano l'ostacolo proponendosi come *"non medici"*, quindi svincolandosi da responsabilità legali e deontologiche; ma se il naturopata è anche un medico, come fare convivere le due cose?

Essendo notevolmente aumentato il numero dei pazienti attratti dalle medicine alternative, tutti i medici vengono oggi interrogati dai loro pazienti sulla validità di queste terapie e sulla possibilità di usarle in certi momenti. Quale può e deve essere la risposta del medico? Invogliare il paziente a fare una propria scelta? Studiare queste pratiche alternative per farsene una propria idea (ma perdendo molto tempo altrimenti riservato al suo aggiornamento)?

⁵ Bratman S., 1999, pp. 14-15.

L'unica soluzione plausibile può essere quella di fornire al medico un'esatta informazione non sui principi generali delle terapie alternative, ma direttamente su quei rimedi o quelle pratiche che in casi specifici hanno dimostrato di essere in qualche modo utili, abbinandoli eventualmente ai trattamenti convenzionali. L'uso eventuale di pratiche non convenzionali, in pratica, non deve prescindere dal costante obbligatorio riferimento all'impianto scientifico della medicina.

Il medico, in virtù del suo curriculum formativo e della sua esperienza è in grado di dare al proprio cliente il migliore supporto in merito alla comprensione del proprio stato morboso e del modo più utile di affrontarlo; egli ha una appropriata conoscenza delle procedure di controllo cui sono stati sottoposti i farmaci, dei trials clinici svolti e dell'evoluzione del quadro morboso secondo la sua storia naturale e in risposta alle terapie convalidate. In contrapposizione a ciò, il paziente che sceglie di affidarsi alle terapie naturali, a volte anche con autoprescrizione, non ha alcuna capacità di scegliere consapevolmente e responsabilmente a cosa affidarsi. L'effetto placebo, inoltre, complica non poco le cose, in quanto in condizioni cliniche lievi può illudere su di una maggiore efficacia di una terapia senza effetti collaterali (quale in genere quella naturale) rispetto ad una più incisiva sulla malattia ma non immune da fastidiosi effetti collaterali. Molti praticanti della medicina alternativa di fatto sfruttano questa situazione per confondere il paziente e convincerlo della bontà delle proprie prescrizioni.

La diffusione della naturopatia e delle medicine alternative

Chi si rivolge all'alternativo

Circa l'8% degli italiani utilizza terapie non convenzionali per affrontare: (a) malattie o disturbi minori, per lo più autorisolvendosi, (b) situazioni morbose a forte componente psicosomatica, (c) malattie croniche, gravi, a prognosi infausta.

Essendo tipico della natura umana cercare sempre un senso ed una consequenzialità nelle cose, è possibile che qualunque intervento attuato prima della guarigione tenda ad esserne considerato la causa; così, in molti casi, i meriti della guarigione sono impropriamente attribuiti all'intervento alternativo.

La capacità di comunicare dei medici e della scienza in genere

L'ampiamente lamentata insoddisfacente comunicazione fra operatori sanitari e pazienti, sembra essere una delle più importanti motivazioni del crescente ricorso alle medicine alternative. A ciò si aggiunge una capillare opera di diseducazione operata dai propugnatori dell'alternativo su di un pubblico recettivo.

Il tipico utente delle medicine complementari ed alternative è comunque una persona istruita, di reddito medio-alto. Ma perché, nonostante i continui "miracoli" della medicina scientifica, che hanno portato per esempio ad un aumento considerevole, negli ultimi cento anni, della vita media e della qualità della vita, il numero delle visite effettuate dai medici alternativi aumenta costantemente (questa percentuale varia da paese a paese e probabilmente è maggiore negli Stati Uniti perché fra l'altro vi sono incluse le visite dei chiropratici) e tende a superare quelle eseguite nell'ambito della medicina convenzionale?

Tralasciando a priori l'ipotesi, comunque plausibile, di una illusione irrazionale collettiva, dobbiamo supporre che in effetti queste persone cerchino "qualcosa" di abbastanza preciso, che sappiano dove trovarlo e che in effetti l'ottengano (anziché in seno alla medicina ufficiale). In parte succedeva così anche più o meno un secolo fa, quando ancora purtroppo chi si rivolgeva ad un medico non poteva sperare, in molti casi, in una risposta d'efficacia granché diversa da quanto offerto dalla medicina alternativa.

Ma quale medico alternativo può realmente offrire oggi qualcosa di più rispetto alla medicina scientifica? Le persone tendono piuttosto ad evitare i medici perché li ha visti trasformarsi progressivamente in tecnici, certamente esperti, ma dal comportamento freddo ed eccessivamente burocratizzati. La comunicazione fra medico e paziente ha assunto sempre più le caratteristiche di un monologo; è unidirezionale, autoritaria, telegrafica, inglobante tutte le fasi del processo decisionale: diagnosi, prognosi, trattamento. Il medico sembra per lo più ignorare l'intelligenza del proprio paziente e come egli sia fortemente interessato a conoscere la propria condizione e a condividere le decisioni terapeutiche.

Nel caso specifico di una grave malattia cronica, l'esperienza di molti pazienti e dei loro familiari, è ancora più frustrante: per la scarsa disponibilità umana e di tempo dei medici, per la difficoltà nell'avere notizie precise (anche per la frammentazione delle competenze e dei tempi di intervento fra diversi specialisti). Il paziente invece vuole soprattutto essere informato, senza false speranze né ingiustificato pessimismo; vuole conoscere per tempo quali saranno i passaggi diagnostici successivi e cosa può aspettarsi dal trattamento; per tutto ciò non basta il poco tempo generalmente dedicatogli dal medico curante, che non è stato istruito riguardo al come gestire e migliorare questo rapporto comunicativo.

Succede così sempre più spesso che molti, spinti da questo sentimento di frustrazione, senza neanche consultare il proprio medico, si rivolgano al mercato dell'alternativo, esponendosi al potenziale danno di chi, sia pure a volte (almeno apparentemente) più aperto al rapporto umano, manca di vere conoscenze mediche adeguate alla situazione clinica.

Il tempo dedicato ai pazienti

La comunicazione fra medico e paziente non si limita alla raccolta dei sintomi ed alla comunicazione di una diagnosi e di un piano terapeutico, ma include fattori psicologici ed emozionali. Il paziente vuole essere compreso nella sua complessità di persona, come unità psichica e corporea in continuo dinamismo, piuttosto che come semplice sommatoria di organi; egli vive quasi sempre un disturbo non solo fisico ma anche esistenziale; la sua esperienza soggettiva diviene il suo centro di riferimento.

C'è chi pensa che in un certo senso i medici "convenzionali" e quelli alternativi siano fra di loro complementari: i primi dispongono di rimedi efficaci ma non hanno tempo sufficiente da dedicare ai pazienti; gli altri non hanno rimedi efficaci ma sanno dedicare il giusto tempo ai loro pazienti. Così alcuni pazienti traggono profitto dai farmaci e altri invece soprattutto dal tempo dedicato loro. L'uso accorto del tempo e del feeling con il terapeuta è secondo alcuni la migliore arma in mano agli alternativi, mentre il problema della reale efficacia di questi sistemi interessa assai meno il pubblico. In effetti, anche se ce ne accorgiamo poco, tutti noi siamo fortemente condizionati da fattori emozionali, al di là della reale efficacia dei trattamenti.

Riunire i due approcci in un'unica competenza rappresenta un passaggio essenziale all'interno del curriculum formativo medico. Le istituzioni dovrebbero sia proteggere il pubblico dalle frodi, che migliorare il rapporto con gli utenti. In genere si tende a impegnarsi più per il primo obiettivo, più facile da focalizzare e forse (in teoria) da realizzare; ma in realtà bisognerebbe dedicarsi altrettanto al secondo.

Uso della medicina alternativa da parte dei medici convenzionali

Le maggiori riviste scientifiche (come ad esempio il British Medical Journal), destinate soprattutto alla vasta platea dei medici pratici, ospitano con sempre maggiore frequenza articoli e lettere nei quali si prospetta la necessità di inserire le medicine complementari ed alternative nella pratica medica e nell'insegnamento.

Negli ultimi anni, in effetti, è notevolmente aumentato il numero dei medici, che accanto alle competenze proprie del curriculum formativo tradizionale, utilizzano tecniche o prescrizioni delle medicine complementari e alternative: ad esempio il test Vega per le allergie, la terapia chelante, i supplementi dietetici e le tecniche mente-corpo. Molto spesso questi medici applicano tecniche diagnostiche e terapie che secondo la medicina ufficiale sarebbero inutili e in certi casi perfino dannose; e tutto ciò non solo perché guidati da una specifica convinzione, ma spesso anche solo per compiacere i propri pazienti, in pratica per non perderli. Ed anche in ambito ospedaliero si tende sempre più ad integrare le terapie convenzionali con quelle cosiddette naturali, per un maggiore comfort del paziente.

Queste circostanze sollevano importanti questioni di etica medica, in particolare questa: i medici e le strutture ospedaliere che oltre a praticare la medicina standard sottopongono i pazienti a terapie alternative, attuano un comportamento fraudolento? La risposta, dal punto di vista della medicina scientifica non può essere, in molti casi, altra che "sì".

Le organizzazioni mediche sono spesso intervenute per porre un freno alle affermazioni fraudolente, ma tale campagna si scontra giornalmente con il ben più consistente impegno pubblicitario di chi promuove l'alternativo, in primo luogo i produttori di sostanze e dispositivi utilizzati dalla medicina alternativa, che, bypassando del tutto il filtro della comunità scientifica, immettono sul mercato prodotti che possano essere autoprescritti, e comprati liberamente.

Perché la gente ci crede?

Nessuna persona, dotata di ordinario buon senso potrebbe credere ad affermazioni quali la "memoria dell'acqua" o il "potere terapeutico dei colori" o la capacità di diagnosticare attraverso la lettura dell'iride e l'esame delle dita dei piedi. Eppure queste assurdità sono di riscontro quotidiano. Non mi riferisco al fatto di credere a qualcosa in particolare, quanto piuttosto alla diffusione di un certo habitus mentale che porta a credere facilmente a ciò che non è vero ma sembra verosimile. La maggior parte degli studi effettuati sull'argomento conferma che il gradimento e l'utilizzo delle medicine alternative è maggiore fra gli individui con livello di istruzione più alto. E' stato ipotizzato che questo comportamento possa dipendere da una minore propensione delle persone più istruite a rispettare il "principio di autorità"; non come frutto di una scelta razionale, ma seguendo una cosiddetta logica postmodernista, secondo la quale ogni verità soggettiva ha altrettanta importanza delle verità scientifiche: non ci sarebbe, secondo questo orientamento, una realtà obiettiva, e dunque perderebbero di senso tutte le affermazioni su cosa è esatto e cosa è erroneo. Molte malattie presentano un andamento caratterizzato da periodi di stasi alternati a periodi di peggioramento o anche di miglioramento della sintomatologia. Molto spesso la contemporanea somministrazione di un qualunque prodotto o un alto tipo di intervento terapeutico coincidono con il momento di miglioramento clinico e ciò induce a pensare ad una associazione fra le due cose. Ciò porta immotivatamente a

scegliere di continuare in quella pratica. L'aspetto più preoccupante di questo fenomeno è che spesso la presunta efficacia di un trattamento viene sbandierata sulla stampa, suscitando l'interesse di persone assolutamente non in grado di giudicare sulla materia.

Automedicazione, promozione pubblicitaria ed uso improprio dei testimonial

L'aumento della quantità di informazione, veicolata dai media, su tematiche mediche o comunque attinenti la salute è al tempo stesso una necessità sentita dal grosso pubblico ed una opportunità di promozione del comparto sanitario in genere. È notorio come la pubblicità tenda a produrre un aumento dei consumi, in qualunque campo. Tanto maggiore ne è l'impatto nel campo della salute. La martellante informazione sanitaria sui media crea nuovi standard di riferimento, ma nello stesso tempo aumenta le preoccupazioni e le insicurezze degli utenti, inducendo ad una maggiore richiesta di esami e controlli medici.

Con la crescita della scolarizzazione e la disponibilità di prodotti efficaci in una ampia serie di piccoli disturbi e con scarsi effetti collaterali, facilmente gestibili dallo stesso paziente, si è diffuso nei paesi più industrializzati l'uso dell'automedicazione, che in parte già rientra fra le nuove abitudini consumistiche. Questa crescente fiducia, ampiamente incoraggiata dai media, nella propria capacità di decidere su cosa fare, è parallela al decrescere della fiducia nella scienza in genere e nella medicina in particolare, tipica di una società incapace di distinguere serenamente fra reale progresso scientifico e cattivo uso delle conoscenze scientifiche.

Gli effetti dell'uso di personaggi popolari, in genere del mondo dello spettacolo, come testimonial di pratiche discutibili, è devastante, in quanto dà ingiusto credito al mondo dell'alternativo. E' ben noto ad esempio l'interessamento per le medicine alternative da parte di molti membri della famiglia reale inglese (anche se è stato sottolineato come in situazioni importanti essi si siano poi rivolti, come tanti che la pensano come loro, alla medicina tradizionale e non a quella alternativa).

Le aspettative dei pazienti

Si sta assistendo in tutti i pesi dell'Occidente ad un deterioramento del rapporto fiduciario fra medici e pazienti. Questi (sempre più trasformati in "clienti") contestano l'autorità del medico e rivendicano una propria potestà tecnico-decisionale, nonostante l'evidente e crescente "asimmetria informativa".

Molti secoli orsono, lo studio delle sostanze idonee a guarire o lenire le sofferenze dell'uomo malato costituiva la parte essenziale della pratica medica; nel mondo moderno invece l'atto terapeutico in sé è solo una delle fasi di un processo più lungo. Nel frattempo il rapporto medico-paziente si è diluito nel tempo e spersonalizzato, per il successivo intervento di competenze specialistiche diverse e per i molti passaggi tecnico-diagnostici.

Un problema di importanza crescente è quello, soprattutto fra i medici di Medicina Generale, di dovere affrontare le aspettative di pazienti allertati da quanto leggono sulle riviste più diffuse o ascoltano dalle TV commerciali. Nello stesso tempo, un

numero crescente di riviste mediche si impegna nel commentare e smentire le notizie a carattere sanitario o pseudosanitario che compaiono sui media.

L'esempio paradigmatico è quello sul cancro. Nonostante il continuo accrescersi delle conoscenze su questa patologia, l'aspettativa del pubblico per immediati risvolti terapeutici viene abbastanza delusa. Le nuove terapie debbono infatti superare severe prove di efficacia e sicurezza prima di essere adottate e tutta questa prudenza può non essere compresa dai non addetti ai lavori, che fra l'altro non sono tempestivamente informati sui reali progressi in corso nei laboratori di ricerca.

In contrasto a ciò, i media danno sistematicamente ampio risalto ad affermazioni, prive di oggettivo riscontro, su presunte nuove cure alternative.

Molti pazienti, affetti da gravi patologie, si rivolgono ai medici alternativi perché questi sostanzialmente rifiutano le sentenze della medicina scientifica, ad esempio in molte patologie tumorali, e danno loro una qualche speranza. Se un medico onestamente afferma che non esiste al momento alcun efficace trattamento per una situazione grave, quel paziente cercherà di aggrapparsi a qualunque soluzione gli sia prospettata. Il medico può aiutare il paziente facendogli capire che non intende abbandonarlo e che si forzerà di offrirgli il migliore sostegno possibile, sia dal punto di vista scientifico che emozionale, ma questo in molti casi non basta, soprattutto quando è chiaro al paziente o ai suoi familiari che altri operatori della salute offrono, accanto alle risorse della medicina scientifica, forme non ortodosse di trattamento che, quand'anche non eticamente accettabili e deontologicamente scorrette, vengono presentate come promettenti nei risultati.

Una volta sottoposto a queste terapie alternative, il paziente spesso crede inizialmente di ottenere qualche miglioramento, ma il suo giudizio è fortemente condizionato dalla sua disperazione e dalla voglia di guarire a qualunque costo. Se qualcuno afferma che il tumore è una malattia cronica controllabile (se si stimola il sistema immunitario, o si instaura un certo regime salutista) ciò ha un impatto positivo sulla percezione della propria malattia da parte del paziente.

Un effetto più evidente può essere apparentemente raggiunto da quei medici che sostengono come i tumori siano conseguenti a stati mentali o emozionali abnormi; in tali casi viene solitamente proposto un trattamento basato su biofeedback, meditazione, yoga, e altre tecniche di rilassamento che possono inizialmente incidere positivamente almeno sulla psiche del paziente.

L'approccio della naturopatia

La naturopatia, come altre medicine alternative, spiega la sua presunta efficacia terapeutica per lo più con una qualche azione di disintossicazione, unita al rafforzamento del sistema immunitario. Per raggiungere questo scopo ci si avvale di una lunga serie di preparati e tecniche; dalla rimozione delle amalgame dentarie, alla pratica del Qigong; dalle diete vegetariane alle erbe cinesi ed alle megadosi di vitamine e minerali; ed ancora tessuti animali come la cartilagine di squalo, enzimi, prodotti ghiandolari, fitofarmaci, prodotti omeopatici.

Secondo la FDA, "quackery" è la distribuzione di disinformazione nell'ambito della salute, includendo in ciò uomini e prodotti; è la proposizione ingannevole di fatti non veri o non provati.

Dunque, sono egualmente fraudolenti coloro che offrono cure miracolose senza avere una preparazione scientifica, i prodotti venduti con una pubblicità ingannevole riguardo i loro effetti, i dispositivi che fanno spendere soldi all'ignaro paziente senza avere alcuna efficacia.

In questi ultimi decenni è cambiata la percezione dello status del medico. Egli non è più quello che conosce le risposte ottimali ai problemi della gente; i pazienti vogliono saperne di più sul come e perché il proprio terapeuta compie le sue scelte, e vogliono essere coinvolti nelle sue decisioni. Ma soprattutto i pazienti non vogliono che si considerino i loro problemi come una semplice disfunzione di uno o più organi, di uno o più pezzi di una macchina. Per questo sono divenuti abbastanza recettivi alle promesse di un atteggiamento che si definisce olistico, dimenticando che la "buona" medicina ha sempre considerato l'uomo nel suo complesso.

I pazienti, suggestionati dal mondo dell'alternativo, dovrebbero piuttosto essere correttamente informati su quali sono i titoli e quale il curriculum di chi pratica le medicine alternative; possono, è vero, essere incoraggiati da costoro a migliorare la loro nutrizione ed il loro stile di vita, ma avendo sempre ben presente che questi fattori, da soli, non possono fare alcunché contro le più importanti patologie come il cancro o le malattie infettive.

Il ruolo dell'alimentazione

La naturopatia attuale si basa soprattutto su: miglioramento dello stile di vita, dieta, disintossicazione, supplementi nutrizionali e fitoterapia.

I più entusiasti fra i suoi sostenitori ritengono che questa sia oggi la medicina alternativa più vicina alla medicina scientifica, cui somiglierebbe in molti aspetti.

L'approccio iniziale della naturopatia è stato indubbiamente non scientifico o antiscientifico, legato essenzialmente all'ideale di un ritorno alla natura; ma la stessa accusa di non scientificità viene tradizionalmente rivolta anche alla medicina ufficiale, che ha ampiamente ed a lungo usato in passato trattamenti piuttosto discutibili, come ad esempio l'uso intensivo dei purganti, il salasso, o la terapia elettroconvulsivante.

I naturopati ritengono di avere comunque adottato, soprattutto sul finire del novecento, un atteggiamento ed una metodologia sempre più vicini a quella scientifica e di essersi direttamente interessati alla ricerca biologica. Ma queste cosiddette ricerche sono condotte pressoché sempre da singoli centri o operatori, su campioni limitati e senza rigorose controprove; e i risultati per lo più vengono pubblicati su giornali di parte, non referenziati, e subito sbandierati irresponsabilmente sui media.

Secondo la maggior parte delle scuole naturopatiche, le carni non rientrano fra i componenti naturali della dieta umana, in quanto l'uomo sarebbe stato in origine vegetariano. Secondo le idee correnti, invece, l'uomo era in origine prevalentemente ma non esclusivamente vegetariano, ma si sarebbe evoluto come cacciatore e quindi come carnivoro. Anzi, proprio il passaggio alla caccia sarebbe stato determinante per

la acquisizione di attività di cooperazione sociale; inoltre, proprio il migliore soddisfacimento delle necessità alimentari con una alimentazione carnea, ha ridotto il tempo necessario a procurarsi il cibo, liberando energie utilizzabili in nuove attività. Con il tempo il nostro apparato digerente si sarebbe adattato sempre meglio all'alimentazione carnea, al punto che essa è divenuta indispensabile; anche perché è l'unica con cui è possibile acquisire gli aminoacidi essenziali, carenti con una alimentazione a base di vegetali, e che l'uomo attuale non può sintetizzare perché privo dei geni necessari.⁶ In pratica, attualmente è pressoché impossibile applicare, per la nostra specie, un regime alimentare diverso da quello che verosimilmente avevano alcuni nostri lontanissimi progenitori: la dieta carnea o comunque con un importante contenuto di carni è dunque, dal punto di vista biologico, la dieta "naturale" per l'umanità, da migliaia o milioni di anni. Fra l'altro, così provano le testimonianze archeologiche (dalle pitture rupestri con scene di caccia, ai resti di focolari) e così viene dedotto dallo studio dei fossili umani.

L'avversione alle carni da parte dei primi naturopati, uno dei cardini di questo sistema, può essere compresa sulla base di una serie di tradizioni, di idee preconette e di false conoscenze proprie del loro tempo. Gli alimenti, ad esempio, venivano considerati essenzialmente per il loro valore energetico e non per la loro composizione, divenendo di fatto praticamente equivalenti. Nelle formulazioni più moderne del credo naturopata, una volta preso atto delle conoscenze sul valore nutritivo degli alimenti, dunque dello specifico significato dei singoli componenti, i vegetariani ritengono che sarebbe possibile introdurre diete vegetali bilanciate che suppliscano del tutto all'assenza di carni. Ma anche in questo caso occorrerebbe integrare la dieta con vitamine e sali minerali, nelle quantità ottimali. In sostanza, non ci si troverebbe più di fronte ad una dieta "naturale" ma ad una sofisticata prescrizione "medica".

L'opposizione dei naturopati all'alimentazione carnea resta una filosofia di vita, piuttosto che l'applicazione di una norma salutistica alimentare ideale. Rientra fra le manifestazioni di opposizione al vivere dell'uomo "civilizzato" che cominciarono a comparire nell'Europa di fine settecento; in particolare al disgusto provato verso l'uccisione di un essere vivente, a scopi alimentari. Ma se ci riferiamo all'uomo del paleolitico, la caccia e quindi l'uccisione di altri animali era un'attività del tutto ordinaria. L'unica differenza con l'età moderna consiste nel fatto che oggi l'uomo alleva direttamente gli animali allo scopo di ucciderli, impedendogli loro perfino la possibilità di vivere "*un'esistenza piena e naturale allo stato libero*" prima di essere uccisi.⁷ La presa di coscienza della crudeltà nei confronti dell'animale è probabilmente la vera causa del rifiuto per la carne.

Cos'è che guarisce?

La naturopatia si rifà invariabilmente a due principi: (a) il corpo di autoregola e si autoguarisce, e (b) il sistema nervoso controlla tutto quello che avviene all'interno del

⁶ Morris D.: 1990, p. 89.

⁷ Morris D.: 1990, p. 87.

corpo.

Ne consegue che se c'è un problema di salute, sia generale che limitato alla regolazione di un sistema o di un organo, ci "deve" essere un problema all'interno del sistema nervoso; oppure, il sistema nervoso è capace di capire cosa c'è che non va e sa rispondere con una dovuta "informazione" per superare il problema. Se il sistema nervoso è incapace di risolvere il problema, il processo di guarigione può essere aiutato/stimolato "naturalmente" (ad esempio tramite trattamenti manuali).

Ma qual è la portata e quali le espressioni di questa capacità di autoguarigione, i cui riscontri sono sostanzialmente aneddotici?

In quanto al punto (a), la medicina scientifica ribatte che il processo di guarigione non avviene entro il cervello, ma per lo più all'interno dei singoli organi, a livello cellulare, indipendentemente dal cervello. Il sistema immunitario ed i processi di guarigione, così come molti altri sistemi di regolazione dell'organismo, sono infatti pienamente attivi anche nei soggetti in stato di morte cerebrale. Il processo di guarigione piuttosto non si attiva sempre e non è sempre parimenti efficace. Se infatti veramente il corpo fosse pienamente capace di autoguarigione, nessuno (a patto di praticare un sano stile di vita) dovrebbe mai morire di malattie (in particolare quelle acute) e probabilmente non ci sarebbe neanche bisogno di terapeuti alternativi.

In quanto al punto (b), moltissimi processi avvengono nel nostro organismo senza alcun intervento del sistema nervoso (o quello del sistema nervoso è solo un intervento fra i tanti): ad esempio la digestione, l'eliminazione delle scorie, la crescita somatica, la guarigione di lesioni locali.

Caratteri comuni alle pseudoscienze

Secondo le medicine alternative, viste nella loro contrapposizione alla medicina scientifica, sembra che non esistano verità generali, ma solo realtà individuali. Questo atteggiamento non è limitato alla medicina ma è parte di un più generale movimento culturale, che mette in dubbio la legittimità stessa della scienza e dei suoi procedimenti.

In realtà, anche le pseudoscienze mediche mostrano, in contraddizione con quanto affermato sopra, importanti caratteri comuni, e danno priorità ad alcune affermazioni, presentate come verità generali.

a) Primo fa tutti il concetto di "energia", quanto mai vago. Nulla a che vedere con quantità misurabili, ma piuttosto qualcosa di quasi spirituale. Ogni medicina naturale dà a questa energia un proprio nome ed una propria definizione: "forza vitale" per l'omeopatia, "qi" per la medicina cinese, "prana" per la medicina Ayurvedica, "intelligenza innata" per i chiropratici. La stessa energia, in qualunque modo la si chiami, viene considerata come se fosse una sostanza, un'essenza, mentre invece ogni energia non è altro che una proprietà posseduta da qualcosa (che in questo caso non si tenta neanche di definire);

- b) Tutti i trattamenti naturali (diete, erbe, manipolazioni) sono ritenuti più efficaci di quelli farmacologici e della chirurgia, ed i prodotti di origine naturale più efficaci e sicuri di quelli di origine sintetica;
- c) Si ritiene che il corpo abbia una enorme capacità di autoguarigione, che si estrinseca naturalmente, ma che all'occorrenza può essere risvegliata ed accresciuta in vari modi: con l'assunzione di sostanze nutrienti naturali, con le manipolazioni vertebrali, con la meditazione, con i rimedi omeopatici, con l'eliminazione di tossine etc.;
- d) Molte delle sostanze che assumiamo, ad esempio lo zucchero, diverrebbero dei veleni a causa dei trattamenti industriali e nella preparazione dei pasti;
- e) La maggior parte delle malattie sono contraddistinte (se non determinate) dall'accumulo di tossine (provenienti dall'ambiente o dagli alimenti), specialmente lungo il colon, per cui la loro eliminazione è una delle attività curative più importanti;
- f) Tutte le medicine alternative si oppongono in qualche modo ai provvedimenti di salute pubblica: la fluorizzazione delle acque, la pastorizzazione del latte, le vaccinazioni obbligatorie, etc;
- g) La scienza e la medicina scientifica sono limitate ed erronee.

La libertà di cura

Una delle più ostentate richieste da parte dei sostenitori delle medicine complementari ed alternative è quella di far sì che le possibili *"vie alla guarigione"* comprendano tutto l'ampio range di prodotti e pratiche atti a *"mantenere e ritrovare lo stato ottimale di salute"*. In particolare, si lamenta che la medicina pratica abbia dato eccessiva importanza ai farmaci ed alla chirurgia, fino a farli divenire di fatto l'unica forma di intervento.

Indubbiamente, la medicina "meccanicista" ha acquisito un assoluto predominio nel pensiero e nella pratica quotidiana in tutto il mondo occidentale; nel Nord America ed in Europa vi è un crescente ricorso alla medicina farmacologica ed alla chirurgia, ampiamente giustificato alla luce dei risultati ottenuti. È altresì evidente una crescente occidentalizzazione della medicina locale nelle altre regioni del mondo, mano a mano che esse escono (o cercano di affrancarsi) dalla loro condizione di sottosviluppo e di arretratezza culturale e sociale.

Ma all'interno delle società più protette sotto il profilo sanitario, questo modello medico viene contestato, perché ritenuto eccessivamente riduttivo e chiuso nella sua autocelebrazione. Si depreca che molti medici non utilizzino, svincolandosi dalle logiche del sistema, tutto l'intero bagaglio di sistemi curativi di cui potrebbero disporre, anziché limitarsi in pratica ad accettare ciò che viene approvato ufficialmente, senza preoccuparsi di cercare adeguate informazioni su tutti gli altri sistemi curativi disponibili.

La pratica medica viene dunque accusata di limitare "colpevolmente" le proprie risorse, sacrificando approcci di tipo diverso, dai quali il paziente sente soggettivamente di potere ottenere risultati migliori e più rispondenti alle proprie esigenze.

Non solo viene rivendicata la possibilità di accedere a queste altre pratiche, ma anche la libertà di decidere quando e perché, decretando di fatto la fine di quella che è stata da sempre una delle caratteristiche del rapporto medico-paziente: la delega fiduciaria al medico di quasi tutte le scelte operative, in base al riconoscimento del possesso di un patrimonio specifico di conoscenze. Non si tratta dunque della semplice applicazione del principio del consenso informato, oramai definitivamente introdotto nella prassi e nella deontologia medica, ma di pretendere di ottenere dal sistema sanitario quello che più si preferisce.

Su quali basi può essere considerata legittima questa pretesa? Come sostenere che si possa trattare, nella maggioranza dei casi, di una scelta legittimamente "motivata"? Il desiderio dell'utente del sistema sanitario può superare il valore della scelta operata da un professionista della salute?

Il pubblico, in cerca di un non meglio definito "benessere", non ha infatti alcuna difficoltà nel raccordare concetti e suggestioni che derivano dalle più svariate fonti; egli è portato ad accettare nello stesso tempo informazioni provenienti dal mondo scientifico e semplici credenze; e dunque, alla fine, non opera una scelta motivata, ma semplicemente si appoggia a tutto quello che pensa possa essergli utile.

Il problema della libertà di cura non è comunque semplicemente di natura medica, in quanto investe anche aspetti giuridici e di economia sanitaria. Se è vero che chiunque è libero di spendere come vuole il proprio denaro, è altrettanto vero che lo stato può essere chiamato a sostenere le cure solo laddove queste risultino riconosciute come di comprovata efficacia.

Appare fra l'altro abbastanza strano che, mentre deve affrontare queste istanze provenienti dal pubblico (ed a cui sempre più frequentemente fanno eco discussi provvedimenti legislativi), il medico si trovi sempre più ingabbiato nella sua attività clinica, da "linee guida" e "protocolli terapeutici"; di fatto il suo "tradizionale" diritto ad agire secondo "scienza e coscienza", con la massima "libertà terapeutica", in virtù del suo bagaglio culturale e della sua esperienza clinica, è sempre più coartato, da una parte (non sempre opportunamente) da norme che provengono dal di fuori del mondo scientifico, dall'altra (giustamente) dalla necessità di conformarsi responsabilmente a quanto ha ottenuto il consenso della comunità medica internazionale.

In nessun altro campo della vita pubblica è così ingiustificata ed arrogante la pretesa di sostituire al parere dell'esperto in materia quello dell'uomo della strada (sia pure nella considerazione, legittima o meno che sia, che ne vada in gioco la propria salute).

Episodi come le discussioni pubbliche e le polemiche relative all'impiego della "multiterapia Di Bella" hanno evidenziato una pericolosa tendenza a confondere propaganda, giornalismo (non sempre attento e di qualità), divulgazione scientifica e valutazione scientifica, e soprattutto un crescente condizionamento delle scelte di politica sanitaria da parte di non addetti ai lavori.

La pretesa di potere legittimamente invocare una libertà di scelta terapeutica, maschera inoltre importanti conflittualità. Si contesta che il solo fatto di appartenere ad una associazione medica (come la American Medical Association) costringa implicitamente gli operatori sanitari, non solo a schierarsi contro ogni forma di medicina alternativa ma perfino a sentirsi impegnati nello screditarla, anche per

ragioni di tornaconto economico: il bisogno di mantenere una lobby sul mercato della salute, in combutta con le industrie farmaceutiche e nell'ambito di una generale cospirazione contro evidenze alternative.

Entriamo così nel delicato ambito della libertà di espressione, così risolutamente in primo piano nell'epoca della comunicazione globale.

Fermo restando un principio generale, legittimo ed ampiamente riconosciuto nel mondo occidentale e in tutti i paesi democratici, è sempre più evidente come la libertà di espressione debba comunque avere delle regole, e fra queste quella che ciò che noi affermiamo non deve, responsabilmente, arrecare un danno agli altri.

Il settore sanitario, in questo senso, è uno dei più delicati. Tutto ciò che si muove al suo interno non può che essere sotto costante e attento controllo: sicurezza delle procedure; preparazione professionale degli operatori (sotto il controllo sia governativo che delle associazioni professionali); ricerca farmacologica e commercio dei farmaci; produzione e vendita di apparecchiature sanitarie. Ma l'interesse pubblico non può limitarsi a questo e deve necessariamente includere la verifica che tutto quanto è in commercio sia adeguatamente testato per sicurezza ed efficacia, che rispetti le leggi ed i regolamenti in materia, che vengano promossi i criteri della Medicina basata sulle evidenze e in genere l'avanzamento della conoscenza scientifica. La medicina alternativa è in palese contrasto con tutto ciò.

Come è possibile consentire che nell'ambito della sanità si possa inserire di tutto, in una sorta di una rischiosa sperimentazione senza regole? La libertà di cura, che ha strette connessioni con più ampi interessi sociali (ad esempio nel caso delle vaccinazioni) non può essere trattata alla stessa stregua della libertà di culto e di parola, che ricadono nell'ambito delle libertà personali.

I pazienti, che reclamano la libertà di scegliere, ma non hanno alcuna preparazione medica, non possono essere capaci di distinguere ciò che è serio da ciò che non lo è; non hanno una precisa idea di cosa comporti una terapia od una procedura medica. La loro visione della medicina e delle malattie non può che essere semplificativa, tendente a ridurre situazioni complesse a singoli problemi con una singola soluzione.

In una visione più generale, il pubblico non può essere esperto in tutto; anzi, nel mondo moderno, è sempre più difficile per un singolo individuo seguire i progressi nelle diverse discipline. Purtroppo sono sempre più numerosi coloro che, pur senza assumere nessuna precisa responsabilità legale e professionale, invocano questa presunta libertà di autodecisione nel campo sanitario. Il loro atteggiamento è perennemente conflittuale, polemico se non aggressivo; ma al clamore delle loro obiezioni non corrisponde una reale volontà di confrontare le idee, di mostrare le prove delle loro affermazioni, di discutere su dati sperimentali, perfino di ragionare con un poco di buon senso. La loro idea di libertà è funzionale solo alla difesa della propria posizione. In molti casi non si può che dubitare della sincerità con cui difendono le proprie idee, e su quanto siano condizionati da interessi personali.

Procedure mediche inutili

Una delle più comuni accuse alla medicina scientifica è quella di utilizzare procedure diagnostiche complicate e costose, spesso dannose, sia come screening che in fase di decisione clinica. L'obiezione non è affatto infondata; la maggior parte degli esami di routine a cui ad esempio vengono sottoposti i pazienti nel periodo preoperatorio sono del tutto inutili. Critiche ed autocritiche in questa direzione vengono regolarmente espresse in riviste referenziate, e rappresentano uno degli aspetti più importanti dell'informazione scientifica rivolta ai professionisti della salute.

La medicina alternativa invece, a detta dei suoi sostenitori, non userebbe procedure "non necessarie". Ma non si può essere d'accordo con questa affermazione.

Innanzitutto, anche nelle medicine alternative sono presenti, sia (a) un livello di diagnosi basato su di una semeiotica "esterna" al corpo (esame delle feci, delle urine etc.), che è concettualmente l'equivalente della raffinata diagnostica di laboratorio, che (b) un livello di diagnosi basato su di una diagnostica sul corpo (esame della persona, dell'iride, del polso, etc.) che è l'equivalente della semeiologia medica integrata dalle procedure di diagnostica strumentale. La maggiore o minore utilità di questa diagnostica può essere discussa sul singolo caso, ma non come problema generale; e i medici alternativi, come i medici scientifici, tendono ad applicarla più o meno estensivamente su tutti i loro pazienti.

Se fra le procedure inutili si vogliono includere anche quelle di screening, si può segnalare il fatto che esse esistono anche nel campo dell'alternativo; l'esame iridologico, ad esempio, è propagandato come finalizzato anche ad una diagnosi di debolezza d'organo, possibile già prima della comparsa di una patologia conclamata. Sotto un'angolazione diversa, occorre notare che una certa parte di queste procedure che si presuppongono "non necessarie" è praticamente divenuta pressoché inevitabile anche per ragioni legali, in virtù dell'esistenza sia di norme deontologiche mediche che di norme giuridiche, tese a cautelare il malato da un intervento medico scorretto o insufficiente. Le medicine alternative, non essendo soggette a tali controlli, non hanno invece finora sentito la necessità di darsi delle "linee guida" al pari della medicina scientifica; in tal senso appare chiaro come in una buona fetta del mercato dell'alternativo manchi una assunzione di precise responsabilità da parte dei suoi praticanti.

I rischi dell'alternativo

Le medicine alternative sono praticate, in tutto l'occidente, da molti medici di base, in associazione con la medicina convenzionale; e almeno cinque milioni di italiani (ma il numero è probabilmente sottostimato) vi farebbero abitualmente ricorso.⁸

L'atteggiamento degli Ordini dei Medici è stato a lungo né più né meno di semplice tolleranza, evitando di pronunciarsi sulle questioni di merito.

⁸ In difesa della salute e della medicina scientifica. La professione, maggio 2000, p. 10.

Nelle società evolute, la salute è così diffusa che si è persa la coscienza di cosa fosse in passato il timore delle malattie, in primo luogo di quelle epidemiche, e non ci si rende spesso nemmeno conto del perché oggi siamo in grado di non averne più paura. Viviamo in una epoca di grande democrazia e di grande libertà di informazione. Ma ciò ha prodotto alcuni effetti devastanti: una diffusa ignoranza sulla consistenza del sapere medico-scientifico e sui suoi progressi lascia liberi molti operatori delle più diverse estrazioni di farsi strada sbandierando teorie senza alcun fondamento, che si diffondono per mille canali e raggiungono il grande popolo dei creduloni. Prima che i profeti delle false medicine possano essere fermati, essi hanno già prodotto danni notevoli alla cultura, alla salute ed al portafoglio di chi li ha seguiti fidandosi. Nel mondo attuale non è certamente insensato pretendere quindi di insegnare nelle scuole la differenza che esiste fra la scienza e le idee senza alcun fondamento: quanto accaduto recentemente in alcuni stati statunitensi, dove si è voluto mettere sullo stesso piano creazionismo ed evoluzionismo, dimostra quanto sia pericolosa l'ingerenza ideologica e come la percezione stessa della scienza fra il grosso pubblico sia a forte rischio per una involuzione con conseguenze catastrofiche: basti pensare a cosa potrebbe succedere se si decidesse di abolire le vaccinazioni.

Di fronte al rischio concreto di ricadere in quel contesto di ignoranza misto a superstizione che aveva caratterizzato l'epoca prescientifica, si pone un ricorrente problema: come fermare la diffusione delle idee antiscientifiche, senza per questo limitare la libertà di espressione possibile nei paesi democratici e nell'epoca di Internet? Lo scambio di comunicazione in rete, infatti è in buona parte uno scambio informativo basato sulla vicendevole ignoranza: mai si era vista, come oggi avviene sui newsgroup di Internet, una tale massa di pubbliche discussioni basate su di una conoscenza approssimativa (o nulla) dei più elementari concetti scientifici.

È legittimo smascherare inganni ed errori?

Secondo i sostenitori delle medicine alternative, la scienza non è legittimata ad esprimere opinioni sulle loro discipline, perché ne nega a priori la realtà: gli scienziati non sarebbero interessati a verificare se esistano evidenze in favore di singole pratiche alternative (così come in favore dei fenomeni paranormali) e ciò comproverebbe l'esistenza di un atteggiamento pieno di pregiudizi.

L'invasione delle medicine alternative è tuttavia, al momento attuale, così massiccia, che evidenziarne gli errori e le contraddizioni è divenuto quasi un hobby per chi crede nella causa della razionalità e della scientificità. I medici alternativi non gradiscono tale intervento, ed obiettano che questo cosiddetto "debunking" ("smascheramento") non è vera scienza, ma piuttosto una reazione emotiva e preconcepita alle loro idee; secondo loro, gli scienziati dovrebbero piuttosto sforzarsi di sperimentare quanto viene affermato dalle medicine alternative.

Ogni intervento di debunking in realtà non è affatto ingiustificato, e non si vede perché gli alternativi lo debbano temere. Più che essere un atteggiamento fine a se stesso, (evidentemente lo è in certi casi, ma ciò fa parte della tendenza generale a specializzarsi, in tutte le attività umane), il debunking è parte del ragionamento

scientifico nel suo complesso: "*A non può essere vero a causa di B*"; ovvero, non si può definire ciò che è vero se non si sa stabilire ciò che non è vero.

Se l'obiettivo è quello di smascherare le frodi mediche, il debunking appare più che legittimo. Lo scienziato dice all'alternativo: io ti dimostro che ciò non è possibile, e tu dimostrami che invece è possibile. Scoprire che qualcosa non è efficace ha lo stesso valore per la scienza dello scoprire cosa è efficace (nella ricerca di farmaci nuovi e nella verifica della efficacia di una terapia in effetti si procede così).

Cercare di screditare un'idea contraria alla propria è parte del procedimento scientifico, se tale procedimento segue una logica di verifica (e non è basato su di un semplice pregiudizio od una avversione ad personam). In questo senso, la stessa sperimentazione clinica dei farmaci, è sempre un processo di debunking. Non bisogna dunque attribuire a questo concetto un valore emozionale in senso negativo e dispregiativo.

Va sottolineato, in particolare, che molte volte non è chiara al grande pubblico la distinzione fra riviste che divulgano in maniera accessibile i concetti convalidati col metodo scientifico e altre riviste o giornali che invece si propongono di propagandare fatti e teorie prive di qualunque evidenza. Un buon punto di riferimento per il pubblico dovrebbero essere invece quelle riviste scientifiche, di carattere generale ed a maggiore diffusione, che abitualmente presentano articoli che fanno il punto sullo stato dell'arte di particolari discipline o di specifici argomenti, con puntuali riferimenti alle ricerche originali.

Un importante spartiacque fra medicina scientifica e pratiche alternative è la gestione degli effetti avversi della terapia: mentre nella medicina scientifica singole osservazioni negative, ad esempio di rari effetti avversi di un farmaco, inducono a comportamenti restrittivi (sanciti da specifiche normative), nelle medicine alternative ciò sostanzialmente non avviene; anzi, intere teorie palesemente basate su erronee cognizioni di anatomia e di fisiologia (come ad esempio l'iridologia), possono tranquillamente essere sbandierate al pubblico, con tutte le possibili conseguenze negative per la salute.

Chi pratica l'alternativo obietta in genere che singole evidenze negative non possono essere usate come cortina fumogena per screditare tutto il complesso delle medicine alternative.

La maggior parte dei lavori sulle medicine alternative si è comunque sempre basata sulla descrizione di pochi o singoli casi, che possono suscitare interesse ma non provano nulla di definitivo e non convalidano in alcun modo quella disciplina nel suo complesso. In questi lavori si enfatizzano alcuni particolari come se essi costituissero il momento essenziale della dimostrazione, e si creano degli arbitrari cortocircuiti fra fatti non assimilabili; ma il loro inserimento in una teoria generale è generalmente debole e forzato.

L'osservazione aneddotica ha senza dubbio avuto un ruolo nella scienza, suggerendo nuovi itinerari di ricerche; ma, nelle medicine alternative, l'aneddotica è piuttosto la regola, giacché mancano altri livelli di evidenza.

Conclusioni

Il racconto di come sia nata la naturopatia non rientra, se non incidentalmente, fra gli scopi di questo scritto, così come l'analisi della sua evoluzione storica e la descrizione delle diverse correnti ed orientamenti attuali.

Ho cercato piuttosto di porre l'accento su alcuni enunciati e posizioni della naturopatia, in genere comuni a tutte le medicine alternative, sottolineando il loro profondo contrasto con le acquisizioni della medicina scientifica e più in generale il rifiuto di fondo del metodo scientifico. Fra i tanti punti di conflitto, ho ritenuto illuminante analizzare l'idea di "natura" e i conseguenti enunciati circa la "vita naturale", le "leggi naturali", lo "stato di salute naturale", le "terapie naturali".

Mi sembra più che evidente come il concetto di natura, fatto proprio dalla naturopatia (ammesso che lo si possa ritenere sufficientemente definito e coerente), non tenga affatto conto di fatti e di constatazioni oramai assolutamente irrefutabili; dibattiti e contese quali quelle tipiche del XIX° secolo, pro e contro la nuova immagine scientifica del mondo, non hanno oggi alcun senso, se non all'interno di sistemi religiosi, legati ad un'arcaica (ma gratificante) concezione del mondo, che rifiutano in modo preconcetto l'evidenza dei fatti.

Mi sembra utile, per concludere, sintetizzare alcuni punti chiave, di quanto fin qui esposto

In aperta contrapposizione con le più avanzate istanze della riflessione scientifica e la conseguente immagine "materialista" del mondo e della vita, il riferimento ed il ricorso al naturale possono essere sostenuti solo accettando aprioristicamente alcune affermazioni:

- a) la natura sarebbe una sorta di scenario esterno al mondo umano, immutabile, regolata da leggi inderogabili;
- b) l'uomo, pur appartenendo fisicamente al mondo animale, non deriva da esso;
- c) mentre il corpo partecipa alle leggi del mondo naturale, il mondo mentale e l'insieme delle tecniche umane hanno in qualche modo carattere e significato diversi da quelle proprie degli altri organismi viventi; sono prodotti artificiali ed in quanto tali in contrasto con i costituenti naturali del mondo;
- d) in natura non esistono forze di per sé in contrasto con le leggi della natura;
- e) esiste una categoria di attività dell'uomo "innaturali";
- f) l'evoluzione del pensiero ed i suoi prodotti non hanno alcun intrinseco valore, in quanto non essenziali;
- g) dal punto di vista medico, le sostanze presenti in natura sono quelle necessarie e sufficienti a garantire la salute e a combattere le malattie;
- h) le sostanze organiche identiche per struttura a quelle presenti in natura (elaborate dal mondo vegetale ed animale), ma prodotte artificialmente, hanno proprietà diverse;
- i) tutte le sostanze prodotte per sintesi ma non presenti in natura non sono che veleni generati dalla civiltà;
- j) il rifiuto della medicina scientifica non può prescindere da un rifiuto in blocco di tutto il progresso scientifico e tecnologico, in tutte le sue espressioni e prodotti;

- k) l'uomo non ha alcun diritto a modificare l'ambiente in cui vive, ma solo quello di vivere all'interno di esso, seguendone le leggi;
- l) la conoscenza immediata del mondo non ha un valore diverso rispetto al suo studio secondo il metodo scientifico;
- m) fra le capacità "naturali" dell'uomo c'è anche quella di sapersi scegliere la cura.

Nessuna di queste affermazioni può essere condivisa all'interno dell'attuale visione scientifica della natura; e non vi è alcuna ragione per ritenere che qualcuna possa essere convalidata in futuro, per cui dobbiamo ritenerle false ed illusorie; per tale motivo, qualunque applicazione pratica di procedure derivate non può che risultare inutile se non controproducente.

Bibliografia.

Beccaria F.: *Pubblicità e salute. Il ruolo della pubblicità nella costruzione sociale della salute*. Professione. Sanità Pubblica e Medicina Pratica, Febbraio 2001, pp. 7-14.

Bratman S.: *The alternative medicine sourcebook*. RGA Publishing Group, 1997. Trad. it.: *Guida critica alle medicine alternative*. Zelig, Milano, 1999.

McKibben B.: *The End of Nature*. Random House, New York, 1989. Trad. it.: *La fine della natura*. Bompiani, Milano, 1989

Morris D. : *The Animal Contract*. Trad. it: *Noi e gli animali*. Mondadori De Agostini, Milano-Novara, 1994.

In difesa della salute e della medicina scientifica. La professione, maggio 2000, p. 10.

Relazione di accompagnamento al Progetto di Legge n. 3891/1997, sulla "*Disciplina delle terapie non convenzionali e istituzione dei registri degli operatori delle medicine non convenzionali*". Riportato su: La professione, febbraio 2000, p. 13

Esiste una medicina naturale dell'uomo? Alcune pratiche cosiddette alternative possono essere prese in considerazione dalla medicina convenzionale? La contestazione del modello scientifico dominante sta modificando la pratica medica? Su questi ed altri temi, il lettore viene invitato ad una responsabile riflessione.

Parte di questo testo è stata oggetto di relazione al VII Convegno Nazionale del CICAP, tenutosi a Reggio Emilia il 9-11 Novembre 2001.

Francesco D'Alpa, Medico-Chirurgo, Neurofisiopatologo, si occupa in particolare dei problemi della disinformazione a carattere sanitario, nell'epoca della comunicazione globale. Su questi temi ha pubblicato: *"Acculturazione e democrazia digitale"* (in collaborazione con Carmela Caia; in proprio, 2001), e *"LinNaturopata. Origine delle infermità e cura della salute secondo Manuel Lezaeta Acharan"* (Montedit, 2002).

€ 6,70

ISBN 88-8356-383-2



9 788883 563836