

## **Il Metodo Hort™ e la salute del giovane dalla nascita all'adolescenza e oltre...**

di Dominique Hort, dottore in chiropratica

### **Parte due (2004): dai due anni fino alla fine della prima decade**

Con il primo articolo della serie, avevamo parlato del bebè e i suoi primi anni, ora entreremo nel periodo dopo i due anni dove, "energeticamente" avviene il distacco, che fino a quel momento era solo fisico, tra la mamma e il suo bambino. Fino ad allora hanno fatto un tutt'uno, al punto che spesso si è riscontrato che i problemi di salute della mamma si ripercuotevano spesso direttamente e profondamente sul proprio figlio. E i papà? Clinicamente ho notato che nella maggior parte dei casi nei primi 24 mesi i papà hanno un'influenza più indiretta sulla salute dei loro pupi e questo, attraverso l'aiuto ed il supporto dato alle mamme... E che periodo questo attorno ai due anni! Psicologicamente non facile accettare i "no!" del bimbo che sta sviluppando una sua identità e diventa soprattutto difficile trovare un equilibrio tra la stimolazione della sua indipendenza e la creazione comunque di una struttura nella quale possa trovare la forza e il senso di sicurezza per una sua sana crescita.

Questa fase rimane ai miei occhi la più delicata perché la famiglia comincia a osservare se il pupo segue le tappe dello sviluppo in modo normale o seguendo quello degli altri bambini. Problema quest'ultimo molto delicato perché biologicamente siamo tutti unici ed i paragoni con le realtà degli altri sono spesso improponibili. La società stessa ci induce spesso in questo errore, basti notare come a scuola ci si aspetti un apprendimento simile da tutti allo stesso tempo.

Spesso infatti nel nostro studio si presentano mamme preoccupate perché il loro bimbo (molto spesso maschio), dopo i primi contatti con le strutture scolastiche risulta poco propenso a studiare e ad applicarsi; è iperattivo, vuole solo giocare, fa fatica ad apprendere, ecc.

In questa marea di piccole o grandi difficoltà, è caratteristico osservare come i genitori sono consapevoli del buon potenziale del bimbo, che ritengono intelligente e capace, ma osservano impotenti come egli non riesce a utilizzare al meglio le sue qualità.

Da una parte sempre più sociologi spiegano come biologicamente ed emotivamente non tutti i bambini (specialmente i maschi) siano pronti ad affrontare i ritmi e i metodi di apprendimento moderni, nei tempi cronologici richiesti. Ciò evidentemente crea la ricerca di soluzioni nella società e in quello che scuola e genitori si aspettano dai loro bimbi. L'esempio migliore riguarda coloro che ancora oggi cercano di plasmare i nostri maschietti in super eroi che non piangono, per farli diventare dei duri in ogni situazione. Sappiamo infatti che ciò creerà disagi importanti, precludendo vie di sfogo costruttive e naturali (come la tristezza, la paura, il dolore, ecc.) e obbligando il bimbo a cercare altri canali meno costruttivi (violenza, disubbidienza, iperattività ecc). Qui il discorso si fa comunque complicato e lascio i lettori interessati alle letture specializzate sull'argomento (1,2,3).

Quello che clinicamente in studio però appare chiaro, è che se vogliamo vedere vincente il nostro bambino in mezzo a tutte queste nuove e complesse situazioni che deve affrontare, egli ha bisogno, oltre che dell'amore e di una crescita in sicurezza e protezione, di un organismo e sistema nervoso altamente efficaci e in grado di rispondere velocemente agli stimoli che riceve.

Invece, quello che più noto tra i miei piccoli pazienti, è la loro incapacità nell'utilizzare integralmente il loro potenziale, sia esso fisico (evidenziato nello sport da gesti o movimenti sgraziati o scoordinati, oppure a scuola da coordinazione motoria difficile nella scrittura o disegno per esempio), emotivo (con attacchi di paura, panico, mal di pancia alla domenica sera o lunedì mattina, o prima di una prova o al cambio del maestro oppure ancora nel creare difficoltà in classe non eseguendo le consegne, disturbando o sfidando compagni e/o maestri), mentale (mostrando difficoltà di apprendimento selettive o generali, fiducia in se stesso), sociali (indicando incapacità di partecipare alla vita di gruppo e di integrarsi nella classe o con i compagni, timidezza, insicurezza) e biochimico (soffrendo di allergie, intolleranze alimentari, sistema immunitario debilitato). Questi sono parte delle conseguenze che uno stato di disfunzione generale o di strategie neurologiche non sufficientemente efficaci creano e che osservo regolarmente in studio.

Per fortuna per molti di questi bimbi la soluzione è spesso a portata di mano se vengono avvicinati presto al mondo del benessere, alla qualità di vita ed alla guarigione. Si tratta di educare i genitori prima e i bimbi poi, che è una cosa normale (nella norma) e naturale (tipico della natura umana) accumulare tensioni e difficoltà nella vita, sbagliato invece è considerare questo fatto ineluttabile e senza rimedi. Dobbiamo tutti responsabilizzarci al fatto che solo lavorando su noi stessi o insegnando ai nostri figli a fare altrettanto eviteremo loro sbagli e sofferenze inutili. Nelle ferite c'è l'energia e la saggezza per la nostra crescita e guarigione. Chiaramente, anche al meglio delle loro possibilità faranno errori e apprenderanno gli insegnamenti che ne conseguono, ma solo l'indispensabile e non quello che si può evitare. Come ben spiegato nell'articolo "Potenziale umano, e se fosse soprattutto una questione di organizzazione e evoluzione neurologica?" ([link web](#)) la soluzione a questa situazione è a portata di mano quando si capisce che dell'evoluzione neurologica dei nostri figli bisogna occuparsi come dei compiti di scuola. Se non evolvono bene c'è il rischio che finiscano con riportare delle disfunzioni delle capacità del sistema nervoso di funzionare al quale abbiamo dato il nome generico di "disorganizzazione neurologica".

La "disorganizzazione neurologica", influenza tutta l'organizzazione motoria e neurologica che, se non riconosciuta, continuerà per tutta la vita a creare parecchi grattacapi. Questa disorganizzazione è causata principalmente da traumi cranio-mandibolari o mandibolo-craniali ed è associata all'accumulo di tensioni all'interno del sistema nervoso (soprattutto nel midollo spinale). Questi avvengono quando l'organismo, non riuscendo a gestire le informazioni, traumi, eventi che riceve quotidianamente (fisici, emotivi, biochimici o elettromagnetici), li accumula dentro di sé.

La disorganizzazione neurologica ha diversi gradi di gravità e predisposizione, ma è sempre causata da fattori esterni (traumi in genere) ed è quindi "abbordabile" clinicamente a livello di guarigione

Le ripercussioni di questa situazione sono molteplici:

- troveremo infatti uno stato di omolateralità con una mal coordinazione della marcia e difficoltà motorie, con conseguente predisposizione alla stanchezza del bimbo durante la camminata, l'incapacità di andare a gattoni, con lo sbattere contro ogni oggetto o le numerose cadute;
- troveremo spesso blocchi vertebrali, dolori, scoliosi, problemi muscolari e tendinei, che causano l'incapacità del bimbo di rilassarsi completamente tenendosi spesso, se non sempre, sulla difensiva e non riuscendo così a rilassarsi;

- avremo inoltre problemi ai tre diaframmi del nostro corpo: la mascella (con tensioni, "digrignamenti" notturni, disfunzioni ai denti e recidive nel provare a correggere denti storti, ecc.), il diaframma respiratorio (con mal di stomaco, alito cattivo, mancanza di respiro, "mal di milza") e quello perineale (dove nel bacino crea eventi di pipì a letto, incontinenza e frequenza urinaria);
- troveremo inoltre problemi di digestione, in parte dovuti al sistema immunitario anch'esso disfunzionale, con intolleranze alimentari, stitichezza, pesantezza dopo in pasti, bruciori di stomaco, alito pesante);
- troveremo anche disfunzioni psico-affettive nel il bambino (e il suo entourage) il quale si ritrova a dover gestire un carattere tipicamente più sensibile che lo porterà spesso a reagire e soffrire in modo sproporzionato alle situazioni vissute (ansie, paure, fobie, alti e bassi di umore, solo per elencarne alcune...);
- noteremo anche a livello scolastico delle difficoltà che caratterizzano il bambino disorganizzato: difficoltà di apprendimento, iperattività, inversioni nello scrivere, difficoltà nella lettura ad alta voce, queste non sono che alcune delle conseguenze. La lateralizzazione troppo accentuata da una parte del cervello rispetto all'altra infatti non solo ha effetti potenziali sull'equilibrio vero e proprio, ma anche sulle capacità di concentrazione e gestione delle informazioni.

L'elenco potrebbe naturalmente continuare all'infinito poiché in un bimbo (o adulto) disorganizzato, il cui sistema nervoso è in tensione, esso subisce negativamente gli impulsi che dovrebbero invece regolare la sua quotidianità in modo tranquillo, creando situazioni di stress che poi possono predisporre a malattie e problemi di ogni genere.

Ho invece notato, avendo aiutato migliaia di bambini a riorganizzarsi neurologicamente, che quando il sistema nervoso funziona in modo coordinato e senza tensioni, tante di queste patologie vengono guarite automaticamente e naturalmente dall'organismo, ridandogli auto-stima, salute e qualità di vita superiori e lo predispongono ad amministrare con successo le sue innate capacità di gestione delle circostanze che vivrà. Osservare quali aree cerebrali sono in disequilibrio con le altre, quali aree sono state sotto/sovra stimulate, quali parti del sistema periferico possono essere stimulate con esercizi e applicazioni, sono solo alcuni degli aspetti analizzati con il Metodo Hort™ ([link web](#)). Nelle nostre visite andremo inoltre a toccare aspetti importanti della salute del bambino e del ragazzo quali: l'alimentazione, lo sport praticato, la motivazione personale, la salute strutturale funzionale (piedi, occlusione dentale, ecc.).

Niente di più speciale e commovente di vedere un bimbo letteralmente rinascere e credere di nuovo in sé stesso, potendo affrontare la vita con più gioia e felicità. È possibile, anzi al giorno d'oggi addirittura essenziale che in nostri figli capiscano l'importanza del loro stato di benessere interno e di come quest'ultimo influenzi tutti gli aspetti della loro vita. Essere felice internamente, indipendentemente da ciò che gli sta attorno, essere fiducioso e positivo con gli altri e con se stessi, filtrando le situazioni attraverso degli aspetti costruttivi, sono gli auspici per ognuno di noi, figli compresi. Come genitore e come dottore e educatore al benessere non c'è, vi garantisco, regalo migliore.

- (1) "Real boys " rescuing our sons from the myths of boyhood - William Pollack, Ph. D.  
ISBN 0-8050-6183-5
- (2) "sapersi ascoltare aiuta a guarire" Naturalis maggio-giugno 1999
- (3) "Intelligenza emotiva per un bambino che diventerà uomo" Pan Kindlon e Michael Thomson, Rizzoli ed. ISBN 88-17-86339-4
- (4) Dr. Dominique Hort, chiropratico "Potenziale umano, e se fosse soprattutto una questione di organizzazione e evoluzione neurologica? (2004) [www.carpediemvitae.com](http://www.carpediemvitae.com)