

Origini

La coppettazione è una tecnica che vanta origini antichissime. Se ne trova traccia già intorno al II secolo d.C., in Cina, dove viene spesso associata ad agopuntura, massaggi e moxibustione, una delle tecniche della medicina tradizionale cinese che utilizza il calore per trattare i punti energetici o le zone locodolenti. In realtà, già dal 3300 a.C., si trovano tracce dell'uso della coppettazione a scopo terapeutico in India, Vietnam, Corea, Giappone, Sud America, Egitto e antica Grecia. Proprio in Grecia alla coppettazione venivano attribuite caratteristiche divine, esisteva, infatti, un dio al quale si attribuiva la nascita di questa pratica; Ippocrate, medico greco del III-IV secolo a.C., fornì non solo le basi teoriche su cui si fondava questa tecnica, ma anche una serie di dettagliate indicazioni per l'applicazione pratica delle coppette. Nei testi Mesopotamici si trovano delle immagini relative a questa pratica, e, persino, nelle tecniche sciamaniche era molto utilizzata in quanto la si riteneva in grado di "succhiare via dal corpo" la malattia.

Nel Medio Evo, barbieri e chirurghi sottoponevano, molto spesso, i loro clienti a tecniche di salasso e/o coppettazione, di frequente in modo improprio ed eccessivo, al punto da creare un alone di diffidenza intorno a questa pratica, che fu rivalutata solo agli inizi del secolo scorso, ad opera di un medico austriaco, Bernhard Aschner, che ne reintrodusse la pratica a scopo terapeutico.

Fondamenti

La coppettazione fa parte delle cosiddette "terapie devianti". Le terapie devianti sono antiche tecniche terapeutiche che si sono conservate fino ai nostri giorni nella medicina popolare e sono ancora parzialmente utilizzate in naturopatia. Si basano sull'antico concetto degli umori, sulla loro ripartizione e sulla loro "deviazione" e "ablazione" (smaltimento) a scopi terapeutici. Secondo la dottrina "umorale", tutte le funzioni dell'organismo sono regolate da quattro "umori": il sangue, il flemma, la bile gialla e la bile nera. Affinché un organismo rimanga in buona salute è necessario che gli umori restino in equilibrio. In caso contrario avrà origine la malattia. In caso di squilibrio, si può intervenire con le coppette in modo da disperdere gli umori in eccesso, attraverso la pelle, o indirizzandoli verso gli organi emuntori sfruttando i percorsi linfatici.

La coppettazione si può inoltre considerare una terapia riflesso-stimolante; sfrutta, infatti, i principi della medicina tradizionale cinese, andando ad agire sulle cosiddette zone riflesse, ossia quelle aree della cute che sono collegate agli organi e agli apparati da “funicoli” nervosi. Agendo sui punti riflessi, è possibile sfruttare i collegamenti con gli apparati corrispondenti, in modo da ripristinare l'equilibrio e ristabilire la funzionalità dell'organo o apparato in disarmonia.

Tecniche di applicazione

Innanzitutto, l'operatore deve effettuare un accurato colloquio iniziale in cui dovrà, oltre ad informare dettagliatamente il “ricevente” sulla tecnica che verrà utilizzata e sulle possibili conseguenze del trattamento, stabilire per quale tipo di disfunzione è richiesta questa tecnica, i traguardi raggiungibili, e le tempistiche per il raggiungimento degli obiettivi concordati. Quindi, dovrà individuare i punti da trattare.

Una volta fatto questo, l'operatore applicherà sulla cute integra e rasata, in quanto i peli possono ridurre la capacità di aspirazione delle coppette, delle piccole coppette, di vetro o di plastica, una volta erano di bambù, per far affluire verso l'esterno il sangue stagnante, gli umori, o l'energia compressa, che sono alla base del disturbo. A seconda dell'effetto che si vorrà ottenere, la durata dell'applicazione e l'intensità di aspirazione saranno variabili; più forte e prolungata per stimolare il drenaggio dei liquidi e delle tossine, più leggera per attivare i flussi energetici.

Vi sono due principali metodi di coppettazione, a caldo e a freddo.

La coppettazione a caldo si avvale di coppette di vetro all'imboccatura delle quali viene posta una fiamma che scalda l'aria all'interno della coppetta che viene prontamente appoggiata alla cute, il raffreddamento dell'aria nella coppetta crea una conseguente diminuzione del volume che attira letteralmente la pelle; in questo caso si ha un'aspirazione di media intensità. Si può anche bagnare la parete interna della coppetta con alcool e avvicinare la fiamma. In questo caso la fiamma brucia rapidamente l'ossigeno dando origine ad un effetto ventosa di intensità più forte.

La coppettazione a freddo utilizza delle piccole campane, di vetro o di plastica, dotate di una valvola posta al suo apice, alla quale si applica o un pallone di gomma, che crea un'aspirazione molto dolce, oppure una pompa, che permette di regolare l'intensità di suzione.

Le tecniche di coppettazione possono essere statiche o dinamiche. Nel primo caso, le coppette rimangono ferme nei punti prescelti, che, di solito, sono associati ai punti chiave individuati lungo i meridiani dell'agopuntura cinese, nel caso in cui si voglia agire in modo riflesso, oppure sui punti di maggiore algia per alleviare dolori e contratture. Nella tecnica dinamica, invece, viene oleata con cura la zona da trattare, in modo da facilitare lo scorrimento, poi vengono applicate le coppette, le quali vengono fatte scorrere dall'alto verso il basso, fino ad ottenere un leggero arrossamento della cute, dovuto al maggiore afflusso di sangue. Lo scorrimento dall'alto verso il basso è molto utile se si vuole agire sul piano psichico, in caso di sindromi ansiose o depressive. Lo scorrimento dal basso verso l'alto è maggiormente indicato per stimolare il drenaggio dei fluidi e l'eliminazione delle tossine. Lo scorrimento è, inoltre, utile in caso di contratture di vecchia data.

Indicazioni

L'uso di questa pratica ha ottimi effetti in caso di sindromi muscolari dolorose, accompagnate da contratture, in quanto rilascia le fasce muscolari, aiuta l'eliminazione delle tossine, smobilitandole e rimettendole in circolo. È molto utile per gli sportivi in quanto dopo un intenso lavoro muscolare aiuta il rapido smaltimento dell'acido lattico, e tonifica il muscolo. Molto utile in caso di sindromi dolorose, ha un effetto simile al massaggio connettivale, che fa affluire una gran quantità di sangue nella zona riossigenando i tessuti. Attraverso la dilatazione del tessuto sub dermico aiuta il distacco di eventuali aderenze. Libera i vasi linfatici in cui c'è ristagno, questo la rende molto indicata sia in caso di stasi linfatiche sia in caso di adiposità localizzate e di cellulite.

È indicatissima per tutte le sindromi da freddo, e da umidità, da ottimi risultati nelle affezioni dell'apparato respiratorio, come bronchiti e asma, in quanto movimentata il muco e i catarrhi stagnanti, favorendone la rapida eliminazione. L'applicazione per tempi prolungati a un effetto disperdente riguardo alle stasi di sangue e di Qi, l'ideogramma cinese che indica il Qi rappresenta il "vapore" emanato dal riso e da alcuni cereali che sale in cielo sotto forma impalpabile, e significa energia, soffio vitale.

La coppettazione ha ottimi risultati in caso di sindromi ansiose e ansioso-depressive, e in caso di insonnia ed ipertensione. In Cina, Corea e Vietnam viene addirittura usata per eliminare le tossine in caso di morso di serpenti, nonché per reumatismi cronici, osteoartrosi, disturbi digestivi, e per la riduzione degli edemi. In Giappone viene usata anche a scopo diagnostico,

mettendo le coppette sui punti Shu-dorsali; l'osservazione di variazione termica o del colorito cutaneo richiama l'attenzione sulla sede delle turbe energetiche.

Controindicazioni

Le coppette non devono essere applicate sulla cute lesa, in presenza di piaghe cutanee, su cuti ipersensibili o allergiche, in presenza di stati febbrili, in caso di eccessiva fragilità capillare, in caso di convulsioni, in presenza di disturbi della coagulazione, in presenza di alcuni tumori.

Non è inoltre indicata per le persone troppo magre, con pelle lassa o in gravidanza.

Possibili effetti “collaterali”

Come per tutte le altre tecniche, la scelta del tipo e della durata del trattamento deve essere valutata su ogni soggetto e non può essere standardizzata. È necessario valutare sia l'entità del problema che si va a trattare, sia la risposta individuale al trattamento. Va comunicato, a chi si vuole sottoporre a coppettazione, che il vuoto creato dalle coppette, può creare un edema sulla cute, che può essere più o meno evidente da soggetto a soggetto, che impiega alcuni giorni ad essere assorbito. In alcuni soggetti, particolarmente sensibili, il riassorbimento dell'edema può richiedere anche parecchi giorni.

Conclusioni

Lo staff di Melitea vi invita in sede per provare sulla “vostra pelle” i benefici effetti di questa tecnica che i nostri operatori mettono a disposizione di tutti i soci.