

Neuro-Structural Integration Technique

La "**Neurostructural Integration Technique**" è stata elaborata da **Michael Nixon** negli anni '90, partendo da una elaborazione della **Tecnica Bowen**, nata dagli studi del Naturopata australiano **Tom Bowen**. La **N.S.T.** è una tecnica estremamente potente e multidimensionale elaborata specificatamente per l'integrazione dinamica progressiva della struttura e dei visceri, mediante stimolazione del **Sistema Nervoso Centrale, Secondario ed Autonomo**.

L'obiettivo principale è quello di **eliminare il dolore** e le condizioni fisiologiche disfunzionali, ripristinando l'integrità strutturale del corpo: permettendo allo stesso d'integrarsi a diversi livelli, ripristinando e mantenendo i livelli quotidiani di equilibrio omeostatico entro la norma.

■ Storia e sviluppo

Tom Bowen, Naturopata australiano, nel 1946 iniziò ad osservare le relazioni inusuali tra alcuni problemi di salute esposti dai suoi pazienti e le loro disfunzioni muscolari. Iniziò così un'approfondita ricerca clinica che lo portò a sviluppare un sistema di stimolazione miofasciale che permetteva correzioni di lunga durata delle disfunzioni muscolari e dei disagi relativi.

La sua tecnica fu talmente efficace che alla maggior parte dei suoi pazienti, indipendentemente dalle loro condizioni, bastavano 2-3 sedute per risolvere i loro particolari problemi e, per questo, **Bowen** fu considerato un professionista miracoloso.

Durante una carriera clinica che durò 36 anni, **Bowen** insegnò la sua tecnica a un piccolo numero di persone privilegiate che, dopo la sua morte nel 1982, la organizzarono in un preciso sistema didattico organizzato. Si trattava tuttavia di una pura interpretazione del lavoro di **Bowen** e presentava alcuni limiti.

Nel 1991, l'australiano **Michael Nixon-Livy** avviò un lavoro di ricerca teso a sviluppare i principi avanzati di **Bowen** e, dal 1995, completate le sue ricerche, le ordinò in un sistema didattico di immediata applicabilità che tuttavia conservava tutto il potere e l'efficacia del sistema originario.

Questo sistema avanzato è oggi conosciuto come **Neuro-Structural Integration Technique®** e ha avuto un enorme impatto sui modelli della salute sia in Australia che in tutta Europa. Infatti i soggetti trattati da un operatore **N.S.T.** possono avere un alleviamento della loro sofferenza in poche sedute.

■ La Pratica

In prima istanza il corpo viene integrato: questo è il fondamento su cui procede la tecnica. In questo modo viene preso in considerazione l'intero corpo trattando le condizioni presentate. Questa **integrità somatica** viene ottenuta attraverso azioni o movimenti dolci, ma specifici, seguendo un percorso predefinito e sistematico.

La risposta immediata del corpo a quei movimenti è di estremo **rilassamento**. Alcuni lo paragonano ad un'anestesia naturale. Questo rilassamento crea un temporaneo cambiamento nel contesto strutturale che permette l'attivazione di vari riflessi (spinali, somatici, craniali e del S.N.A.) che portano ad una riorganizzazione somatica. Durante questo processo di ristrutturazione il corpo inizia a ripristinare lo stato naturale della sua posizione strutturale ottimale. E così facendo attiva delle risposte fisiologiche correttive molto potenti con effetto terapeutico estremamente benefico per corpo e mente.

L'indiscutibile potenza e magia della tecnica è contenuta proprio in questo **equilibrio dinamico**. Altrettanto importante è l'integrazione neurologica tra coccige, sacro e le articolazioni temporo-mandibolari.

■ Applicazioni

La **N.S.T.** può essere applicata a soggetti appartenenti a qualsiasi **fascia d'età** a partire dal neonato, fino alle persone anziane e ai portatori di handicap, con qualunque condizione somatica. Ciò non vuol dire che in qualunque situazione manifestata dal corpo la risposta alla tecnica sia la medesima. In condizioni degenerative avanzate, che normalmente richiedono un approccio multifaccettato, la **N.S.T.** può comunque assumere un ruolo prioritario.

In particolar modo la tecnica è in grado di rispondere a tutti i problemi che riguardano l'**aspetto strutturale**, sia acuti che cronici, compresi la parte del rachide dorsale e lombare, collo, spalle, gomiti, gambe, anche, cranio; problemi all'articolazione temporo-mandibolare; problemi respiratori, asma, disordini mestruali, stanchezza acuta e cronica, mal di testa, emicranie; stress e problematiche emotive; problematiche dei visceri: comprese quelle cardiache, polmoni, fegato, stomaco, intestino, reni, vescica e sistema immunitario.



Roberto Conti

Somatologo - Kinesiologo - Massoterapista

■ La Teoria

L'obiettivo principale della **N.S.T.** è quello di ripristinare *il tono e la tensione ottimale* dell'apparato muscolo-scheletrico del soggetto, con l'implicita considerazione che, potendo questo equilibrio essere mantenuto quotidianamente, il dolore diminuisce, la mobilità e i livelli d'energia aumentano e la fisiologia torna a funzionare entro i parametri omeostatici normali.

La **N.S.T.** è stata sviluppata grazie a una comprensione profonda dei vari sistemi del corpo umano, in particolar modo quello **sensomotorio** che vede coinvolta l'interazione tra **Sistema Nervoso Centrale, Secondario e Autonomo**.

In modo caratteristico, **l'equilibrio integrato** dato al corpo tramite movimenti specializzati è diretto ad aree in cui abbondano i **Propriocettori** (cellule a fuso e corpuscoli tendinei del Golgi). Le risposte così potenti ed efficaci non sono il risultato di una stimolazione diretta di questi punti, bensì di una sequenza specifica in cui i suddetti movimenti vengono eseguiti. Di conseguenza, l'equilibrio integrato raggiunto sintetizza una risposta guidata che implica neuroni motori di tipo alfa e gamma, vari archi riflessi spinali, la corteccia cerebrale motoria, i gangli della base e il cervelletto.

E' giusto affermare che la **N.S.T.** una volta applicata attiva un processo di cambiamento nel sistema muscolo-scheletrico e viscerale, così potente da nnescare da parte del sistema nervoso un attività di decodifica e quindi un vero *"resetting" del corpo*.