

## LA PRANOTERAPIA PUÒ ALLEVIARE IL DOLORE ARTICOLARE?

**Maria Giannotta**

Per gestire il dolore articolare infiammatorio o meccanico e cercare di ottenere la migliore qualità della vita possibile, sono disponibili numerose tipologie di trattamento; oltre alla medicina allopatica, sono reperibili numerose tipi di terapia alternativa di tipo olistico.

Tra queste si annovera la pranoterapia, ossia la tecnica dell'imposizione delle mani; secondo coloro che la praticano, essa è in grado di agire sia sul piano fisico che psicologico. Sarebbe in grado, infatti, di alleviare il dolore fisico, in particolare quello articolare, e contestualmente di infondere un senso di pace e serenità in chi riceve questo trattamento.

Sul web vi sono diverse testimonianze di chi si è avvalso di questa pratica, che riferisce infatti un beneficio sia fisico che mentale e una sorta di "passaggio" di energia positiva e benefica.

Le testimonianze positive, tuttavia, non sono supportate da alcun tipo di evidenza scientifica in merito; **non vi sono studi che dimostrino i benefici di questa pratica né per quanto riguarda il dolore articolare né per quanto concerne la progressione della malattia.**

Al di là dell'eventuale beneficio psicologico che potrebbe esserci e che è variabile da persona a persona, non è chiaro con quale tipo di meccanismo questa pratica dovrebbe agire e non ne è stata mai dimostrata l'efficacia, e pertanto non è consigliata come terapia alternativa per le malattie reumatiche.

1. Lincoln PJ. Serological investigation of a faith healer's patient. Nurs Times. 1975 Dec 18;71(51):2011-2.
2. Struthers GR, Scott DL, Scott DG. The use of 'alternative treatments' by patients with rheumatoid arthritis. Rheumatol Int. 1983;3(4):151-2.
3. van Steenbergen HW<sup>1</sup>, da Silva JAP<sup>2</sup>, Huizinga TWJ<sup>1</sup>, van der Helm-van Mil AHM<sup>1</sup>. Preventing progression from arthralgia to arthritis: targeting the right patients. Nat Rev Rheumatol. 2018 Jan;14(1):32-41.
4. Burgers LE<sup>1</sup>, Siljehult F<sup>2</sup>, Ten Brinck RM<sup>1</sup>, van Steenbergen HW<sup>1</sup>, Landewé RBM<sup>3,4</sup>, Rantapää-Dahlqvist S<sup>2</sup>, van der Helm-van Mil AHM<sup>1</sup>. Validation of the EULAR definition of arthralgia suspicious for progression to rheumatoid arthritis. Rheumatology (Oxford). 2017 Dec 1;56(12):2123-2128.