

Omeopatia e naturopatia: quali differenze?

Un articolo a cura di Valeria Vitarelli

Naturopatia, medicina naturale, alternativa o complementare, questi termini sono ormai sempre più usati e sono entrati a far parte del linguaggio comune. Purtroppo, però, esiste ancora molta confusione al riguardo ed essi vengono spesso usati in modo improprio. Con questo articolo desidero brevemente chiarire il significato del termine naturopatia e quali siano le differenze con l'omeopatia.

Cosa significa naturopatia?

Il termine “naturopatia” fu coniato nel 1895 dal medico statunitense John Scheel. Etimologicamente viene fatto risalire all'inglese “nature's path”, cioè “sentiero della natura”. Secondo un'altra interpretazione, il termine deriverebbe dal greco “pathos” che sta per “sofferenza”, spesso usato anche per designare metodi di cura, (come nel caso di “omeopatia”) col significato quindi di “cura naturale”.

Su Wikipedia la naturopatia viene definita come “un *insieme* di pratiche di medicina alternativa”. Nel linguaggio comune, spesso, ciascuna di queste pratiche (per esempio: Omeopatia, Agopuntura, Medicina Tradizionale Cinese, Riflessologia, Osteopatia, Fitoterapia o Kinesiologia) viene confusa con la naturopatia stessa.

La definizione di naturopatia come “un insieme di pratiche di medicina alternativa” è ai miei occhi fuorviante. I metodi terapeutici, le pratiche che farebbero parte di questo insieme, infatti, hanno origini molto lontane tra loro e si basano su concetti a volte anche molto diversi e contrastanti.

Una vera e propria “medicina naturopatica” non esiste, o quanto meno non è riconoscibile come una medicina autonoma, univocamente e coerentemente definita.

Esistono degli obiettivi comuni alle diverse discipline?

Si può affermare che le diverse discipline naturali abbiano come obiettivo comune la **stimolazione delle capacità di autoguarigione** di ogni organismo e la **visione olistica** dell'individuo, cioè l'idea di curare la persona e non la malattia. “Olistico” significa “completo”, la persona viene vista in tutte le sue dimensioni: fisica, emotiva, mentale e spirituale. A differenza che nella medicina tradizionale, sempre più specializzata (cardiologia, pneumologia, ginecologia ecc.), non si presta attenzione solo a singoli sintomi o a determinati organi, bensì sempre alla persona nel suo complesso.

Le basi teoriche e l'approccio pratico al paziente però si differenziano notevolmente a seconda delle varie discipline e possono anche non avere niente in comune. Il naturopata può/deve scegliere uno o più metodi terapeutici da praticare ed approfondirà gli studi in questo campo, ma non

*Non esiste una
“medicina naturopatica”
univocamente e
coerentemente definita.*

*La persona viene vista in
tutte le sue dimensioni:
fisica, emotiva, mentale e
spirituale.*

potrà mai praticarli tutti contemporaneamente. Ognuno di questi metodi terapeutici richiede infatti anni e anni di studio.

Omeopatia e Naturopatia sono la stessa cosa?

Omeopatia e naturopatia non sono assolutamente la stessa cosa. Il termine omeopatia si riferisce ad un metodo terapeutico ben preciso, quello fondato alla fine del diciottesimo secolo da Samuel Hahnemann (1755 – 1843). Volendo usare la definizione di cui sopra, l'omeopatia sarebbe solo una delle tante pratiche che compongono l'insieme naturopatia. Per esercitarla, in Germania è necessario aver conseguito il titolo di Heilpraktiker (naturopata), ma ciò non significa che i due termini siano sinonimi.

L'omeopatia si differenzia e si distanzia da tutte le altre pratiche “naturopatiche”, comprese l'omotossicologia e la terapia dei Sali di Schüssler, nonostante esse siano in qualche modo derivate dall'omeopatia stessa e facciano uso di rimedi potenziati secondo la metodologia omeopatica.

Pur utilizzando tra l'altro le stesse piante e gli stessi fiori che vengono utilizzati nella Fitoterapia, l'omeopatia si differenzia anche moltissimo da questa e non può essere confusa con essa.

Chi è naturopata, è automaticamente anche omeopata, riflessologo e fitoterapista?

No! Per essere **omeopata** bisogna avere un'abilitazione, in Italia quella di medico, in Germania quella di medico o di Heilpraktiker (naturopata)¹. Lo stesso vale anche per le altre terapie alternative.

Al contrario, per essere abilitato come **naturopata** non è necessario avere una specializzazione in omeopatia né in nessun'altra disciplina, la scelta del metodo terapeutico e dell'approccio al paziente è libera e varia da naturopata a naturopata.

Il diploma da Heilpraktiker costituisce quindi la base, l'abilitazione che permette di praticare una o più delle suddette terapie. Così come nella medicina tradizionale bisogna prima laurearsi, acquisire il titolo di dottore e poi approfondire gli studi in un campo facendo la specializzazione – per esempio in chirurgia, in ginecologia, in oncologia – anche nella medicina naturale il diploma in naturopatia è **il traguardo da raggiungere che poi diventa punto di partenza**, su cui si può approfondire la specializzazione in omeopatia, agopuntura, fitoterapia ecc.

*L'omeopatia
si differenzia
dall'omotossicologia e
dalla terapia dei
Sali di Schüssler.*

¹ Per approfondire le differenze tra la legislazione tedesca e quella italiana si rinvia all'articolo Chi è e cosa fa un Heilpraktiker, su questo stesso sito.