

# Lettno vibroacustico GA.IA

## La terapia vibroacustica in Europa e gli studi Kriscak

La vibroacustica è una disciplina che a partire dalla seconda metà del Novecento trova alcune importanti applicazioni terapeutiche soprattutto nei paesi anglosassoni. L'inventore della VAT (Terapia Vibroacustica) è il norvegese Olav Skille (1939), che nei primi anni Settanta studiò con Juliette Alvin l'uso delle vibrazioni - comprese tra i 30 Hz e i 120 Hz - per scopi terapeutici. La terapia vibroacustica è una sorta di massaggio a basse frequenze sonore, che può ridurre dolori e malesseri e migliorare considerevolmente la qualità della vita. La vibroacustica nasce dalla semplice constatazione che il corpo umano può percepire i suoni non solo attraverso l'orecchio, ma anche con altre sue parti. Il concetto scientifico che sta alla base del suo funzionamento è che le vibrazioni sonore percepite dal corpo fanno sì che il suono si trasformi in energia. È come se il corpo umano ricevendo delle vibrazioni sonore venisse esposto a una sorta di "massaggio interno", che lo rivitalizza, producendo energia per la messa in movimento dei tessuti coinvolti dalle vibrazioni sonore. Questo processo inizialmente venne chiamato "Bagno di musica", in seguito prese il nome di "Massaggio sonoro a bassa frequenza". Tale "massaggio interno" è riconducibile a un effetto di risonanza. Prendiamo un diapason e lo facciamo vibrare; se accanto a questo diapason ne collochiamo un altro, anche questo dopo un po' comincerà a vibrare per effetto del principio fisico della risonanza sonora. Allo stesso modo si comporta il nostro corpo che, ricevendo delle vibrazioni sonore, entra anch'esso in vibrazione, si "automassaggia", produce energia che dà vitalità ai tessuti cellulari di specifiche parti del nostro corpo. Gli studi hanno dimostrato che le frequenze più significative per la VAT vanno dai 40 agli 80 Hz. Le frequenze più basse, da 40 a 55 Hz, producono una reazione di risonanza nella bassa regione lombare, pelvica, alle cosce e alle gambe. Alzando l'intensità, il suono ha effetti di risonanza nella parte superiore del petto, nel collo e nella testa. Olav Skille ha individuato le problematiche fisiche e psichiche sulle quali la VAT ha un'influenza positiva. Esse sono: condizioni di stress; stati di depressione; casi di autismo; casi di asma; casi di afasia; piaghe da decubito; casi di paralisi cerebrale; disturbi nella circolazione sanguigna; casi di fibrosi cistica; diabete; enfisema polmonare; fibromialgia; etilismo; cefalee primarie e secondarie; patologie del sistema immunitario; insonnia; calcolosi renale; dolori alla schiena bassa (rachide sacrale); lombalgie; dolori mestruali; morbo di Bechterew; sclerosi multipla; crampi muscolari; mialgie al collo o alle spalle; edema; costipazione; morbo di Parkinson; poliartrite; reumatismi; spasmi; traumi conseguenti a incidenti sportivi; vene varicose; dolori conseguenti al colpo di frusta.

Negli ultimi anni in Italia Diego Kriscak, uno dei principali studiosi italiani della materia, ha individuato altre applicazioni positive delle vibrazioni sonore, inventando per esse una tecnologia vibroacustica specifica. Si tratta del lettino vibroacustico GA.IA per la riduzione dell'adipe e della cellulite. Il lettino GA.IA può essere utilizzato anche per produrre massaggi distensivi sulla regione cervicale, toracica e lombare del nostro corpo, soprattutto quando esso è interessato da

tensioni e irrigidimenti.

Diego Kriscak è l'inventore di GA.IA e il responsabile scientifico dello staff tecnico DIREDI SRL, società produttrice del lettino GA.IA. Di creatività spiccata e poliedrica, con una cultura umanistica e musicale solida, avvia studi di musicoterapia fino a conseguire il titolo di musicoterapeuta presso l'Università Jean Monnet di Bruxelles.

È iscritto all'Ordine "Specialistes in Disciplines Psychologiques" presso la Federation Europeenne des Ordres Professionnels.

È membro dell'Isva (International Society for VibroAcoustics) e dell'IIAV (International Institute of Acoustics and Vibration).

In passato è stato ricercatore presso il Center for Advanced Research and Mental Aid di Milano (Centro Carma) in convenzione con l'Università Cattolica, dove ha iniziato a collaudare la nuova tecnologia di sua invenzione, alla base di GA.IA, per l'emissione delle vibrazioni acustiche, ed è stato correlatore di tesi di laurea sulla vibroacustica, di cui in Italia è uno dei pochi e maggiori esperti.

La sperimentazione su numerosi pazienti e lo studio incrociato dei dati con altri ricercatori hanno consentito la messa a punto definitiva di GA.IA. Nel corso degli anni sono state fatte alcune pubblicazioni su riviste specializzate e numerose conferenze. L'innovazione apportata dal lettino GA.IA è stata riconosciuta da un brevetto nazionale ed europeo.