

# Insonnia persistente dei bambini nei primi 5 anni di età e terapia con la cromopuntura secondo Peter Mandel

## Introduzione

Le difficoltà di iniziare e mantenere il sonno sono molto frequenti nei bambini. La frequenza dei disturbi del sonno nei bambini in età prescolastica varia dal 10% al 20% <sup>(5,6,7)</sup>.

Sono pochi gli studi clinici sulla terapia del disturbo del sonno dei bambini <sup>(2,8)</sup>. Largo <sup>(2)</sup> descrive uno studio su 52 bambini nei primi 3 anni di età. Con l'uso terapeutico della consultazione con i genitori e di uno schema del sonno gestito dagli stessi per il loro bambino. La guarigione è avvenuta nell'85% dei bambini dopo una durata massima di consultazioni di 6 settimane e minima di 14 giorni.

Gli studi sulle origini dei disturbi del sonno nei bambini sono più frequenti <sup>(1,5)</sup> A. KAHN <sup>(2)</sup> e Collaboratori hanno esaminato 146 bambini di età inferiore ai 5 anni esaminati nella loro unità di insonnia persistente.

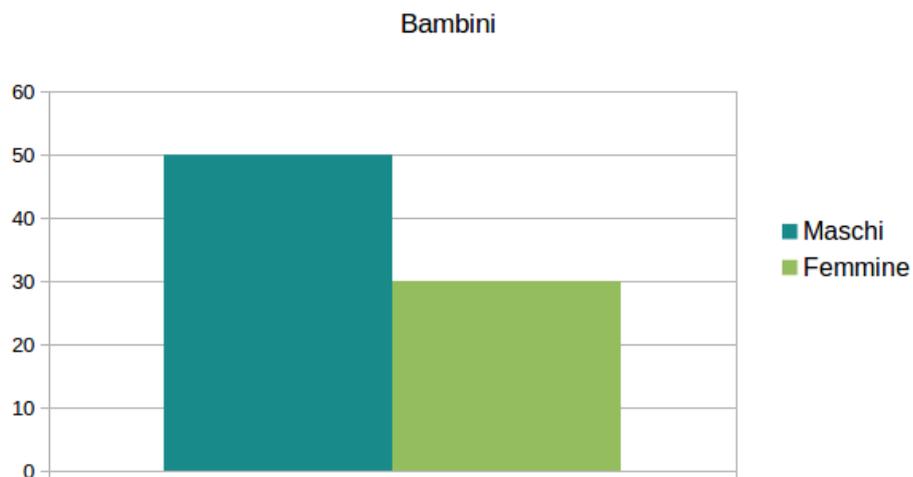
Nella grande maggioranza dei casi fu trovata una spiegazione soddisfacente in un inadeguato comportamento dei genitori (58%), in una loro innappropriata ansietà (14%), in cause ambientali (5%), in cause fisiche (8%), in erronee interpretazioni da parte dei genitori (5%) e in intolleranza al latte vaccino (17%).

Gli autori non descrivono la durata delle terapie comportamentali fino alla scomparsa dell'insonnia.

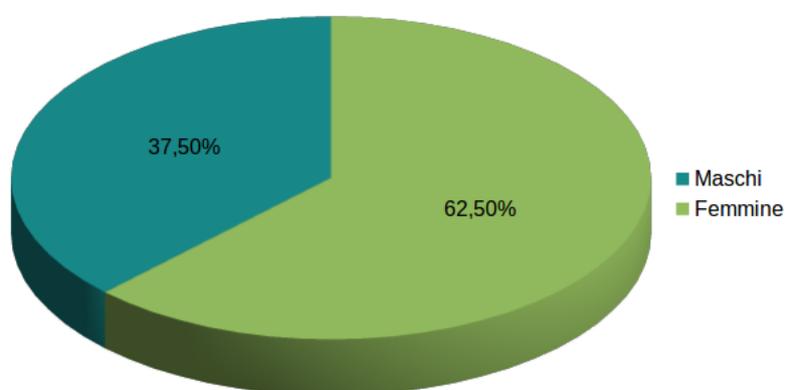
Altri studi psicologici mostrano le difficoltà terapeutiche dell'insonnia persistente con tempi di guarigione lunghi e con notevole impegno degli operatori e delle famiglie coinvolte <sup>(3,4)</sup>.

## Soggetti dello Studio

La ricerca qui descritta è stata prospettiva e si è svolta nell'arco di 3 anni (1989-1992) su bambini (50 maschi, 30 femmine) di cui 70 in età inferiore ai 3 anni, gli altri 10 con un'età massima di 5 anni. Tutti i bambini sono stati portati alla consultazione in studio per i disturbi specifici del sonno.



**Figura 1**

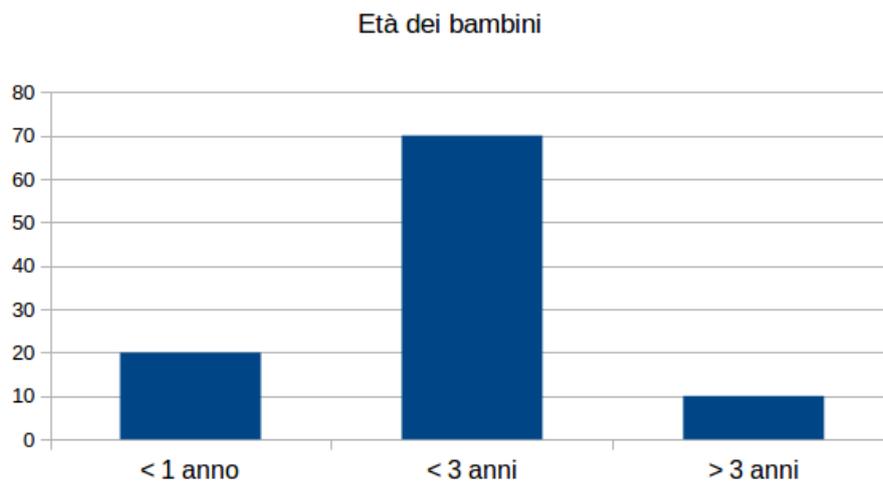


**Figura 2**

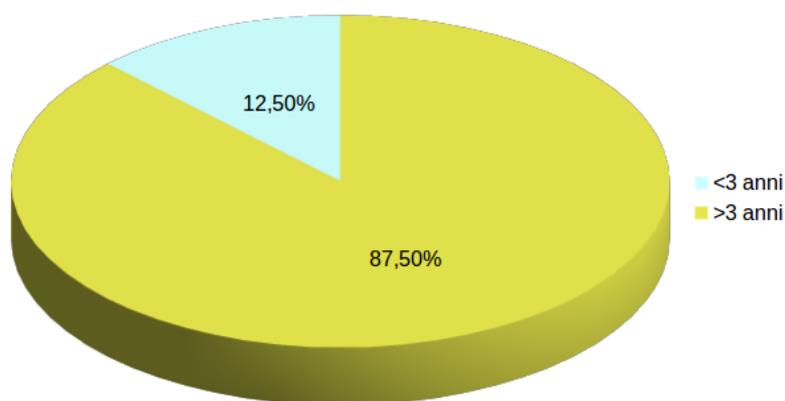
Tutti i bambini dello studio soffrivano dei sintomi da almeno 3 mesi prima dell'inizio della terapia. 71 bambini presentavano insonnia persistente e 23 difficoltà ad addormentarsi.

Questi sintomi in 14 bambini erano associati. I disturbi erano presenti in ogni notte. 19 pazienti (23.75%) avevano ricevuto medicinali per tentare di curare i disturbi prima della terapia.

Tutti i pazienti sono stati sottoposti alla cromopuntura dopo un'anamnesi dei disturbi e senza visita medica perchè in cura da altri pediatri.



**Figura 3**



**Figura 4**

## Metodo

La terapia praticata è la cromopuntura secondo P. Mandel<sup>(10)</sup>. Questa consiste nell'applicazione di una sorgente luminosa colorata sui punti cutanei dell'agopuntura tradizionale cinese e su altri punti energetici scoperti da P. Mandel. I fotoni in contatto con questi punti energetici mettono in risonanza i biofotoni cellulari,<sup>(11)</sup> inviando un'informazione al sistema ghiandolare endocrino centrale. Questo manda allora i messaggi adeguati alle strutture cerebrali competenti riequilibrando l'informazione errata che ha provocato il disturbo<sup>(10)</sup>.

La terapia usata in questo studio è l'applicazione di luce rossa (frequenza media dello spettro rosso) su ambedue i punti di agopuntura Reni 1 e di luce violetta (frequenza media dello spettro violetto) sui punti Yin Trang, VC 20, VC 19.

Durata dell'applicazione 1 minuto per punto, quindi il tempo totale della terapia, 5 minuti. L'apparecchio usato è il Perlux B111.<sup>(12)</sup>

## Risultati

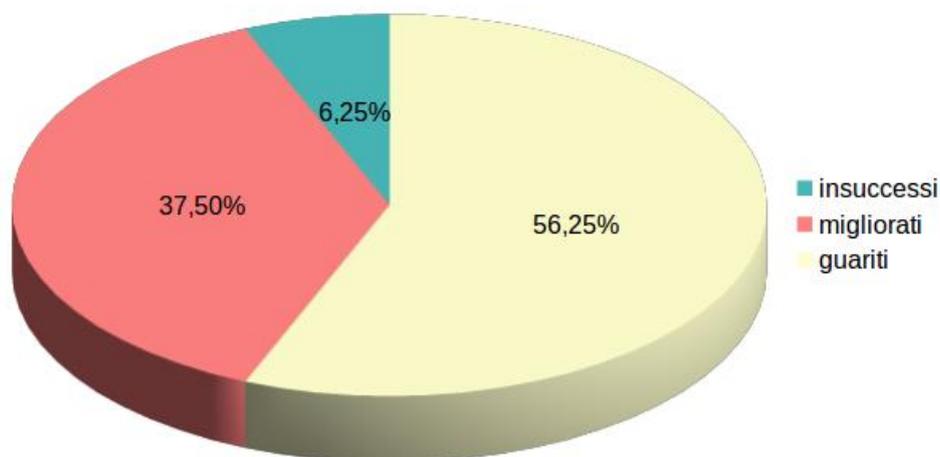
Per gli 80 pazienti sono state applicate 152 terapie con una media di 1,9 per bambino. Le applicazioni avvengono a intervalli di 7-15 giorni, se non avviene nessuna guarigione o miglioramento in questo spazio di tempo. Le terapie sono state applicate al massimo per 4 settimane.

Abbiamo scelto le seguenti definizioni:

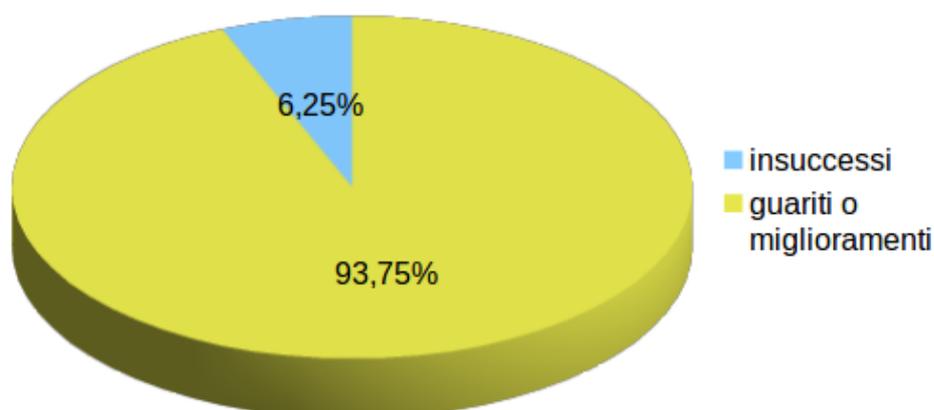
- *difficoltà ad addormentarsi quando il bambino non riesce ad addormentarsi prima di due ore da quando va a letto;*
- *insonnia persistente quando il bambino si sveglia tre o più volte durante la notte, svegliando i genitori, da almeno quattro settimane;*
- *miglioramento quando i risvegli sono almeno la metà di quelli descritti all'inizio della terapia e non disturbano il sonno dei genitori in modo grave;*
- *guarigione quando si addormenta prima di trenta minuti da quando è a letto e dorme tutta la notte.*

La percentuale di guarigione è stata del 56,25%, quella di miglioramento dei sintomi 37,5%.

Quindi il risultato positivo di miglioramento dei sintomi e guarigione è stato del 93,75%. Gli insuccessi del 6,25%.



**Figura 5**



**Figura 6**

## Conclusione

In confronto ad altri approcci terapeutici dell'insonnia persistente del bambino, la cromopuntura secondo Peter Mandel è una terapia estremamente breve ed efficace. Inoltre la sua applicazione è innocua, semplice e indolore.

Il risultato terapeutico appare pochi giorni dopo la cura ristabilendo anche fisicamente i genitori e quindi il loro rapporto psico-emozionale positivo con il bambino.

## Bibliografia

1. Kahn, A.; et al. Milk intolerance in Children with Persistent Sleeplessness: A Prospective Double blind crossover Evaluation. *Pediatrics* 84: 595-603, 1989.
2. LARGO HUNZIKER. A developmental approach to the management of children with sleep disturbances in the first three years of life. *Eur. J. Pediatr.* 142: 170 – 173, 1984.
3. SANGER, S.; et al. Treatment of sleep problems. *Health Visitor* 54: 421 – 424.
4. JONES, D.P.H. Behavioral management of sleep problems. *Arch. Dis. Children* 58: 442 – 444, 1983.
5. KATARIA; et al. Persistence of Sleep Disturbances in Preschool Children. *J. Pediatr.* 110: 642 – 646, 1987.
6. BASLER; LARGO. Die Entwicklung des Schlafverhaltens in den ersten fünf Lebensjahren. *Helv. Paediatr. Acta* 35: 211 – 223, 1980.
7. BERNAL, J. Night waking in infants during the first 14 months. *Dev. Med. Child Neurol.* 14: 362 – 372, 1973.

8. GRAZIANO, A.M. Behavioral treatment of “night-fears” in children. J. Consult. Clin. Psychol. 4: 598 – 599, 1982.
9. CZEISLER, C. A.; et al. Human sleep; its duration and organization depend on its circadian phase. Science 210: 1264 – 1267.
10. MANDEL PETER. Pratisches Handbuch der Farbpunktur. Lichtblicke in der Ganzheit (Zahn-)medizin. Esogetik Ed. Energetik Verlag Bruchsal.
11. POPP, FRITZ A. Biologie des Lichts – Ed. Paul Parey – Berlin. Neue Horizonte in der Medizin – Ed. Haug Verlag – Heidelberg.
12. SET DI CROMOPUNTURA B111 – KAMLA AG – 6006 LUCERNA – CH.