



## Origini della vacuum attraverso la storia della coppettazione cinese

La coppettazione risale al II secolo d.C. ed è una tecnica terapeutica cinese che prevede l'utilizzo di coppette in vetro o in bambù che si applicano direttamente sulla pelle in particolari punti del corpo che corrispondono alle zone riflesse di alcuni organi interni.

Tale pratica consiste nell'accendere un fiammifero e gettarlo in una coppa, in modo che l'aria presente all'interno della coppa si possa riscaldare e spargere, per poi raffreddarsi allo spegnimento della fiamma, producendo una bassa pressione con un potenziale effetto di risucchio. L'abilità dell'operatore sta nell'applicare velocemente la coppetta sulla cute appena si spegne il fiammifero, per impedire che l'aria contenuta al suo interno si raffreddi troppo in fretta perdendo l'effetto aspirante.

La coppettazione, nota fin dall'antichità, è tutt'ora molto utilizzata e si può considerare una terapia **riflesso-stimolante** che sfrutta i principi della medicina tradizionale cinese a favore di un'armonia e di un **equilibrio psico-fisico** generale.

Questa tecnica non è esente da effetti collaterali e come altre discipline orientali alternative non è riconosciuta dalla medicina convenzionale e di conseguenza non è regolamentata.

Attualmente questa pratica è stata rivisitata, parzialmente modificata e modernizzata, per essere proposta come trattamento corpo rigenerante presso alcuni centri benessere.

