Organizzazione del mondo del Lavoro
Terapia Complementare

Profilo professionale terapista complementare*

Estratto dal regolamento d'esame del 29.01.2026

Campo d'attività

Il terapista complementare con diploma federale è un professionista della salute[1]. Promuove e sostiene il processo di recupero delle persone di ogni età con disturbi e problemi fisici o psichici, con una compromissione del proprio benessere e delle proprie capacità e delle persone in riabilitazione. Sulla base di una concezione olistica dell'essere umano, il terapista complementare tiene conto di aspetti fisici, emotivi e mentali nel trattamento e nell'accompagnamento del cliente. Le sue azioni incentrate sul corpo e sui processi sono mirate a rafforzare la capacità di autoregolazione nonché a stimolare la percezione di sé e delle competenze di recupero del cliente.

La terapia complementare include diversi metodi, come l'APM terapia, la terapia craniosacrale, la kinesiologia, la riflessoterapia, lo shiatsu, ecc.
I metodi di terapia complementare[2] uniscono in varie forme i concetti e gli approcci olistici della medicina occidentale e orientale con le scoperte della medicina convenzionale, della nutrizione, delle scienze sociali e delle neuroscienze.

Le prestazioni del terapista complementare con diploma federale possono essere richieste da chiunque. La terapia complementare viene impiegata sia come terapia a sé stante, sia prima e dopo un trattamento di medicina convenzionale o alternativa, sia in parallelo a quest'ultimo. La durata di un trattamento di terapia complementare può variare notevolmente in base al tipo, all'intensità e alla durata dei disturbi del cliente. Nella maggior parte dei casi il terapista complementare è un libero professionista e gestisce il proprio studio come impresa sotto la propria responsabilità.

Principali competenze operative

All'inizio del trattamento, il terapista complementare effettua l'anamnesi del cliente, si informa sulle strategie di gestione e sulle risorse impiegate fino a quel momento per affrontare i disturbi. Stabilisce gli obiettivi di trattamento insieme al cliente e orienta la propria azione terapeutica alle esigenze e possibilità del cliente.

Il terapista complementare struttura il trattamento in base al proprio metodo di terapia complementare, utilizzando strumenti incentrati sul corpo come il tocco, il movimento, il respiro e l'energia. Favorisce in modo mirato le forze di autoregolazione dell'organismo del cliente, attivando processi di recupero efficaci e duraturi. L'intervento è orientato al rafforzamento delle risorse, della resilienza, del senso di coerenza e dell'empowerment.

La guida e il dialogo sono elementi fondamentali di tutti i metodi della terapia complementare. Il dialogo terapeutico verbale completa e sostiene il lavoro incentrato sul corpo e consente al cliente di percepire, analizzare e integrare i processi innescati a livello corporeo. Su questa base, il terapista complementare incoraggia il cliente a sviluppare nuovi modi di vedere e di agire, aiutandolo a realizzare un nuovo orientamento nella vita quotidiana. È in grado di valutare insieme al cliente l'andamento e i progressi della terapia complementare e, se necessario, di adeguare gli obiettivi e l'azione terapeutica. L'andamento della terapia e le misure terapeutiche vengono costantemente documentati.

---

* In un'ottica di leggibilità e scorrevolezza, all'interno del testo il genere maschile è impiegato per ambo i sessi.
[1] Professionista della salute secondo il diritto cantonale
[2] Metodi secondo il punto 1.25 regolamento d'esame

Una relazione terapeutica di rispetto e fiducia nei confronti del cliente e l'eventuale coinvolgimento di persone di riferimento sono fattori importanti per il successo del trattamento. Inoltre, una rete professionale è di aiuto quando, in caso di malattie acute o disturbi gravi, è necessario indirizzare i clienti ad altri professionisti oppure si rende opportuna una collaborazione interdisciplinare.

Il terapista complementare lavora costantemente al proprio sviluppo personale e professionale per migliorare continuamente la qualità dei servizi e l'offerta delle proprie prestazioni. Gestisce la propria impresa in maniera redditizia e adotta misure di marketing e di garanzia della qualità.

Esercizio della professione

Il terapista complementare lavora sotto la propria responsabilità e principalmente in regime indipendente nel proprio studio o in studi associati, ma talvolta anche come impiegato in un gruppo interdisciplinare o interprofessionale presso istituzioni del sistema sanitario, educativo e sociale oppure in imprese nell'ambito della promozione della salute in azienda.

Il lavoro indipendente con persone che spesso si trovano in situazioni difficili della vita richiede al terapista complementare grande autonomia, senso di responsabilità, flessibilità e creatività. Oltre all'analisi del proprio lavoro terapeutico, è fondamenta-le lo sviluppo personale e professionale continuo, potenzialmente mediante intervisione e supervisione. In particolare, la vicinanza che si crea nel lavoro incentrato sul corpo pone al terapista complementare elevati requisiti etici.

Il terapista complementare non fa diagnosi secondo la medicina convenzionale e non rappresenta il primo riferimento sanitario in caso di malattie acute. Si impegna a rispettare altri trattamenti in corso parallelamente alla terapia complementare, a raccomandare i rispettivi professionisti e richiedere la loro consultazione qualora i disturbi richiedano un esame e un trattamento specifico. Il terapista complementare lavora senza fare ricorso a tecniche invasive, a strumenti che potrebbero ferire la pelle o ad apparecchi tecnici e non prescrive né raccomanda nessun medicamento o dispositivo medico che rientra nella categoria degli agenti terapeutici.

Contributo della professione alla società, all'economia, alla cultura e alla natura

Con il suo lavoro, il terapista complementare fornisce un importante contributo alla società per lo sviluppo di una nuova comprensione olistica della salute. La sua figura contribuisce in modo sostanziale alla gestione dei compiti del servizio sanitario. Con le sue prestazioni allevia l'offerta della medicina convenzionale ed è in grado di soddisfare in modo complementare le esigenze di trattamento dei clienti.

Il terapista complementare sostiene la guarigione e lo sviluppo del cliente con un approccio olistico all'essere umano, rafforzandone la capacità di influire attivamente sui propri disturbi. In questo modo contribuisce in modo sostanziale alla qualità di vita, all'autonomia e alla partecipazione sociale del cliente promuovendo al contempo le competenze generali in materia di salute nella popolazione.

La professione di terapista complementare acquisirà sempre maggior importanza in futuro. In quanto trattamento che non ricorre a procedure costose, ausili tecnici e agenti terapeutici, si può ritenere che la terapia complementare, con il suo approccio sostenibile e a basso rischio e la disponibilità degli operatori a collaborare con altri professionisti della salute, abbia un impatto positivo sui costi sanitari e quindi sull'economia nazionale in generale.

Mantenendo, preservando e sviluppando i metodi terapeutici tradizionali, la terapia complementare offre anche un importante contributo culturale.