

Immagina una nuova umanità

Crescere naturalmente da -1 a 14 anni



CUCINA NATURALE

Contenitori per la fermentazione
Come scegliere i migliori

MEDICINA OLISTICA

Anti-zanzare naturali
9 oli essenziali super efficaci

SOSTENIBILITÀ

Vivere senza bollette?
Si può: con i consigli dell'esperto

SPECIALE

Pedagogia alternativa
Homeschooling, Steiner, Montessori, outdoor

PELLE, UN CERVELLO EMOTIVO

Pruriti, dermatiti, psoriasi: per alleviare ed evitare recidive è importante lavorare anche sul piano emotivo con un programma completo di desomatizzazione

FABIO GHIGI | MEDICO, SPECIALIZZATO IN GINECOLOGIA,
ESPERTO DI SOMATIZZAZIONE

Immaginate una fredda mattina d'inverno quando il cielo è terso e l'aria è piuttosto frizzante, vi siete appena svegliati e ancora in pigiama siete usciti per pochi attimi fuori al fresco: brr, vi rendete conto che letteralmente "vi si rizzano" i peli; un riflesso arcaico, antico, poco efficace nel contrastare il freddo anche perché di peli ne abbiamo davvero pochi. Uno dei tanti modi che ci fa capire che la pelle è reattiva. Essa **reagisce alle mille sollecitazioni che riceviamo dal mondo esterno**: il freddo fa accapponare la pelle, il caldo la fa traspirare, la pelle è un vero grande organo termostatico.

ORGANO DI SENSO E DI SENTIMENTI

Al tempo stesso la pelle è anche un meraviglioso organo di correlazione col mondo esterno: attraverso il senso del tatto e toccando le cose che ci circondano, possiamo apprezzarne temperatura, umidità o secchezza, ruvidità o levigatezza di una superficie ad esempio. Lungo tutto il suo spessore e per tutta la superficie corporea la pelle contiene miriadi di recettori, corpuscoli che trasmettono al sistema nervoso le sensazioni che riceviamo dal mondo esterno. Essi sono distribuiti non uniformemente nelle diverse aree del corpo: alcune zone hanno molti recettori e altre decisamente meno. Pensate ai polpastrelli delle dita: c'è molta differenza di finezza nel discriminare gli stimoli rispetto, ad esempio, alla pelle della schiena.

Ma essa è anche un **"pezzo" di cervello spalmato sul corpo**; infatti, lo strato superficiale della pelle che prende il nome di epidermide deriva dagli stessi tessuti embrionali che daranno origine al

cervello e ai nervi. Quindi sulla pelle affiorano tutti i sentimenti che talvolta non esprimiamo a parole; basta pensare a quando la pelle si arrossa o si accalda quando ci abbracciamo con la persona che amiamo e quanto le carezze amorose facciano vibrare di piacere tutta la pelle. Oppure quando, colti di sorpresa con le dita nella marmellata, il nostro viso si arrossa per la vergogna.

UN CASO CLINICO

Una mia paziente si lamenta di un forte problema di pelle, organo che è supersensibile. Lei soffre di prurito per un nonnulla, soprattutto nella zona delle pieghe. Ha spesso sfoghi con manifestazioni tipo bollicine d'acqua che possono durare anche più di un mese, sempre molto pruriginose.

Ha avuto periodi di fissurazione della pelle delle dita: cerco di farmi raccontare i suoi stati d'animo e lei se ne esce con una frase che mi colpisce molto e dice così: "sono stanca di essere stanca!". Si sente affranta, riposa male di notte e di giorno è come fosse svampita e assente con una lucidità alternante. Il suo stato emozionale profondo si riflette sul corpo intero, ma l'area che più soffre in questo momento è proprio quella della pelle, che esprime i grandi disagi interiori di questa signora.

PRURITO, METAFORA DEL DOLORE

Analizziamo i sintomi in chiave comportamentale: il prurito ad esempio; potremmo definire il prurito come un piccolo dolore, sicuramente questa signora prova dolore per alcuni avvenimenti della sua vita, mentre la sua pelle molto sensibile racconta della sua forte sensibilità emozionale e dei

possibili risentimenti verso persone che non comprendono appieno i suoi tentativi di essere presente per gli altri. La pelle non è solo reattività, è anche un organo di protezione e di delimitazione fra noi ed il mondo. La pelle ci protegge grazie alla sua robustezza ed elasticità. Due caratteristiche che talvolta la pelle perde, diventando sottile e fragile oppure piuttosto rigida e pastosa.

DERMATITI E PSORIASI: LE MALATTIE "DA SEPARAZIONE"

Ma, come detto, la pelle è anche l'organo che contiene tutto il resto del corpo e lo delimita, essa crea il confine fra dove finisce il corpo e inizia l'ambiente che ci circonda. Questo spiega quelle che talvolta vengono definite malattie da separazione: forme psoriasiche o dermatiti che tentano di costruire un muro difensivo e di separazione dal mondo esterno. Per proteggerci o schermarci da quelli che riteniamo pericoli per la nostra integrità. La pelle diventa più spessa e più dura, **una sorta di mini corazzina protettiva**: molto fastidiosa e talvolta dolorante.

Quindi l'organismo si difende. Si comporta come i mitici soldati giapponesi che si sono rifugiati per anni nelle foreste dopo la Seconda guerra mondiale, convinti che la guerra non fosse ancora finita. Nessuno li ha avvisati che il pericolo era scomparso e quindi loro hanno continuato imperterriti il pattugliamento. Il corpo si comporta così: se non tranquillizziamo la mente, che vede sempre un pericolo, il sistema pelle tenterà sempre di difenderci da quelle che lui ritiene aggressioni.

La mia paziente è molto migliorata con una adeguata terapia di desomatizzazione, abbiamo lavorato anche sui suoi malesseri emotivi con specifici prodotti e una bella chiacchierata.

Qualsiasi terapia deve andare alla fonte: se non trattiamo anche la causa mentale e comportamentale avremo fatto un ottimo lavoro sul piano fisico ma, non avendo pensato alle emozioni, ci predisponiamo alla recidiva.

Questa è dunque la pelle: difesa, limite e comunicazione con l'esterno.

LIBRO CONSIGLIATO

Fabio Ghigi

Davvero Vuoi Stare Bene?

Vita del gorilla, storie di desomatizzazione e nuove frontiere di benessere

Botalla Editore, 2021





ALTA QUALITÀ
ECOSOSTENIBILE
FISSLER PORTA IL
GREEN IN CUCINA!

...**GREEN**
*simboleggia la sostenibilità
e la natura!*



90% 
**ACCIAIO
RICICLATO**







4YOU DESIGN SRL
Viale Industria 9/11
20010 BOFFALORA SOPRA TICINO (MI)
www.4youdesign.it