

DISTURBI e PATOLOGIE: quando sono stress correlate ci fanno impazzire

Uno dei principali obiettivi della medicina nel corso dei secoli è sintetizzato nel motto di Giovenale "Mens sana in corpore sano". Nel corso dell'evoluzione della medicina moderna il concetto di "mens" non è più appartenuto ai medici ma ad altre professionalità peraltro utilissime, ma che non disponevano di una preparazione medica.

di Salvatore RINALDI

Questa dicotomia specialistica ha progressivamente portato alla considerazione che mente e corpo pur alloggiando nello stesso individuo fossero considerate due realtà separate con alcuni punti di contatto. E nell'approccio terapeutico le competenze terapeutiche del "mens" si arrendevano a quelle del "soma" e viceversa. Vorrei precisare che non stiamo parlando delle grandi malattie psichiatriche, ma di tutti quei disturbi che vengono descritti con vari appellativi come: psicosomatici, disturbi immaginari, vegetativi disfunzionali, psicofisiologici, ed altri che sono la vera disperazione di noi medici, ma anche delle altre professionalità, perchè spesso a dispetto della nostra competenza professionale e delle cure verosimilmente adeguate il paziente o non trae beneficio o addirittura presenta nuove sintomatologie che noi per fare bella figura chiamiamo *idiopatiche*. La risposta agli stressori ambientali "stress" è una risposta finalizzata alla sopravvivenza dell'individuo. Inizia automaticamente nel Cervello e coinvolge inconsapevolmente tutto il nostro organismo attraverso l'attivazione di una complessa risposta neuro psico fisica relazionale, che lo scienziato **Hans Selye** definì "Sindrome Generale di Adattamento".

Proprio perchè è una risposta finalizzata alla sopravvivenza una volta instaurata difficilmente può essere fatta regredire, anche se alla fine i suoi effetti possono diventare fonte di disturbi, patologie ed anche di morte dell'individuo per le complicità che ne derivano. Infatti il nostro Sistema Nervoso accetta "di buon grado" le modifiche indotte dalla "Sindrome Generale di Adattamento" perchè sono finalizzate alla sopravvivenza primaria dell'individuo, pertanto vira dalla sua fisiologia iniziale verso una nuova che soddisfa le nuove reazioni di sopravvivenza anche se queste in seguito potranno sostenere disturbi o patologie. Quindi si vira dall'iniziale fisiologia verso una "neuro psico fisio patologia" ovvero verso

un insieme di fenomeni di adattamento disfunzionale.

■ **Neuro:** perchè è indiscutibile che qualsiasi cosa avvenga nel nostro corpo richiede sempre la partecipazione del sistema nervoso.

■ **Psico:** perchè qualsiasi risposta "Neuro" anche inconscia viene sempre condizionata da una elaborazione psichica anche se essa inconscia.

■ **Fisio:** perchè fisiologia vuol dire "normalità" nel funzionamento ed è innegabile che i condizionamenti neuro psichici influenzino la fisiologia dell'organismo.

■ **Patologia:** perchè quando l'iniziale e corretta (*neuro psico*) fisiologia di un organismo viene alterata, inevitabilmente si passa dal quadro disfunzionale a quello di patologia organica, quindi verso una Neuro Psico Fisio Patologia che viene inconsapevolmente accettata e mantenuta. Ma innanzi tutto come facciamo a porre diagnosi di Sindrome Generale di Adattamento.

Questo è veramente un bel quesito sia per un medico che per le altre professionalità che si occupano di disturbi stress correlati. Infatti mentre è semplicissimo mettere in correlazione le risposte "psico-organiche" rispetto ad un evento noto è difficilissimo correlarle all'insensibile logorio della vita quotidiana che i biologi chiamano stress ambientale. Dalla letteratura sappiamo che è difficilissimo trovare valori alterati del cortisolo, ormone principe della risposta agli stressori ambientali, o di altri ormoni o sostanze coinvolte nella stessa risposta. Ma sempre dalla letteratura scientifica, purtroppo non medica ma biologica ci giunge un aiuto inaspettato per la diagnosi di Sindrome Generale di Adattamento.

Tutti sanno che le piante si piegano verso la luce a scapito della loro "simmetria" questa primaria osservazione ha indotto negli anni i biologi evolutivisti a vedere come cambiano i caratteri morfologici simmetrici negli esseri viventi, compreso l'uomo. Ed hanno così scoperto una fenomenologia

che prende il nome di "Asimmetria Fluttuante" e "Asimmetria Direzionale". Questi due fenomeni rappresentano un aspetto dell'evidenza biologica e clinica della presenza della SGA. Ma dove possiamo evidenziare questa perdita di simmetria? Già dal momento in cui salutiamo il paziente notando quelle piccole asimmetrie del viso che anche noi ci notiamo quando ci facciamo la barba o ci trucchiamo e tutte le altre asimmetrie che troveremo nelle altre parti del corpo durante la visita. Potremo notare delle asimmetrie sia "funzionali che strutturali" verosimilmente spesso indotte dalle prime. La chiave è come al solito in chi ci governa ovvero nel sistema nervoso centrale e nel frutto del suo elaborato corticale ovvero l'atteggiamento *neuro psico fisico relazionale*. La costante interazione con l'ambiente determina una serie di risposte neuro psico fisiche inconscie che purtroppo spesso vengono mantenute oltre i tempi utili. Il perdurare di queste risposte inizialmente adeguate e funzionali porta verso un "atteggiamento" neuro psico fisico relazionale che naturalmente si esprime anche a livello muscolare.

Quindi per poter capire se il soggetto ha subito gli effetti dello stress ambientale basterebbe, si fa per dire, analizzare se il suo schema neuro psico motorio e come tale espressione del suo complessivo stato di relazione ambientale. Oggi la ricerca ci consente di poter effettuare questo tipo di diagnosi e di avere nuovi mezzi terapeutici in grado di poter affrontare quelle componenti sintomatiche o patologiche stress indotte progressivamente sempre meno sensibili al trattamento farmacologico o psicoterapeutico.

Questi nuovi mezzi diagnostici e terapeutici sono oggi a disposizione di tutti i medici a prescindere dalla loro specializzazione sia a livello formativo che professionale, rappresentando una nuova interessante opportunità alla nostra crescita e al benessere dei nostri pazienti. ■



Salvatore Rinaldi
docente al Master
di II° livello In
Ottimizzazione
**Neuro Psico Fisica
e CRM Terapia®**
Università di
Firenze Facoltà
di Medicina
e Chirurgia
(http://www.med.unifi.it/segreterialdidattica/master/default.htm#02_01 oppure
www.irf.it)