

Le emozioni nascono nella testa o nel corpo?

Il ruolo dei sentimenti nelle malattie croniche e l'importanza dei vari processi neurologici

La nostra è un'epoca di enormi cambiamenti nella percezione di noi stessi e del mondo che ci circonda. Ci troviamo spesso ad essere fruitori passivi di un contesto sociale virtuale che nonostante un'apparente apertura attraverso i social network, ci può privare di quel contatto vitale tra mente e corpo mediato dalle emozioni.

Ma da dove originano le nostre emozioni? I primi esperimenti compiuti sugli esseri umani che dimostrano una connessione tra emozioni e la zona del cervello chiamata sistema limbico risalgono al ricercatore Wilder Penfield già negli anni '20.

Per i neuroscienziati le strutture fondamentali del cervello limbico erano la sede principale di quei peptidi, che all'inizio degli anni '80, furono definiti "molecole di emozione" da Candace Pert, la neuroscienziata che ha segnato una svolta epocale nello studio della connessione corporea e che intitolò il suo libro proprio "Molecole di emozione". La medicina convenzionale, legata principalmente al dualismo cartesiano, ha sempre tenuto separate la dimensione del corpo da quella della mente, ponendo le basi per un meccanicismo bio-



logico svincolato dal processo emotivo personale. Oggi la malattia stessa ci dà l'occasione di esplorare gli orizzonti sconfinati di questo legame tanto intangibile quanto indissolubile.

Proprio Candace Pert riuscì ad individuare i percorsi di connessione tra corpo e mente considerando che le emozioni attraversano una strada neuronale a doppio senso.

Pertanto appare sempre più chiaro quanto esse possano trasformare il corpo causando

delle malattie o curandole, salvaguardando lo stato di salute o minandolo. Il meccanismo attraverso il quale avviene questa trasmissione del segnale viene chiamato Biofeedback e consiste in un'azione retroattiva che si instaura tra i processi fisiologici che avvengono in periferia ed il cervello centrale. Il fenomeno documentava che uno stato di profondo rilassamento induce il rilascio di "peptidi" in grado di modificare il battito del cuore ed il ritmo del respiro. I peptidi altro non sono che proteine capaci di trasmettere segnali alle cellule che comunicano scambiandosi informazioni. Quindi va da sé che la rete di informazioni cellulari che passano attraverso il corpo dipende dalle molecole che i circuiti neurali rilasciano in circolo.

È ormai assodato che le emozioni svolgono un ruolo determinante nelle malattie croniche proprio perché vengono rilasciate a seguito di stimoli reiterati nel tempo che, alterando l'ambiente biochimico locale, facilitano il processo di mutazione cellulare caratteristico della patologia tumorale.



**D.ssa Paola
Giordano Sciacca**
Medico psicoterapeuta
(specialista in medicina
psicosomatica
e oncologia)