

Publicato su ICARO 45, Maggio 2005

**Relazione presentata a ROMA 22/1/2005 al convegno
organizzato dal Gruppo LES Roma e Lazio:**

**LA QUALITA' DELLA VITA NEL LES:
STRATEGIE TERAPEUTICHE INTEGRATE**

PADRONI DI NOI STESSI

Giuseppe Genovesi

Dipartimento di Fisiopatologia Medica – Università La Sapienza di Roma

Di articoli per non addetti ai lavori sul sistema immunitario, su come funziona, quali sono le malattie più temibili che lo colpiscono, sul cancro e le malattie autoimmuni ecc., ecc., ne sono stati scritti e ne vengono scritti a migliaia e la maggior parte delle volte, al di là della terminologia utilizzata, rimane un muro culturale tra chi scrive e chi spera, ogni volta, di trovare uno spunto, un suggerimento, un aiuto, una speranza; sempre rimanendo lontani dalla consapevolezza della malattia e del suo significato assolutamente personale per ogni malato. Il paziente, cioè colui che soffre, perché questa è l'etimologia corretta del termine, continua inevitabilmente a pensare di essere vittima di un destino ineluttabile, del fato, o peggio ancora del volere di Dio, non immaginando minimamente che invece il destino di ognuno di noi è nelle nostre mani, che la guarigione è una decisione interiore e non una speranza, che la malattia è un ammaestramento di vita, un segnale, una richiesta di ascolto da parte del nostro corpo e non una punizione.

Ecco vorrei dare questo spunto a chi legge, affinché da oggi in poi ogni lettura venga da tutti fatta con spirito critico e costruttivo, avendo ognuno la crescente consapevolezza della propria "forza" e l'assoluta potenzialità di cambiare le cose. Ci vuole, all'inizio, curiosità, ricerca interiore, riflessione ed azione; nemici giurati del risultato sono la pigrizia e la paura.

E adesso parliamo di PNEI (Psiconeuroendocrinoimmunologia), un termine adatto per far capire quanto il nostro organismo sia una unità integrata dal punto di vista anatomico e funzionale ovvero, **"non siamo costruiti a compartimenti stagni"** e questo significa che non può cadere un capello dalla nostra testa che non lo sappia anche l'ultimo callo dei nostri piedi. Proprio il contrario di quello che, come pazienti siamo abituati ad ascoltare dal medico curante, non sempre ma spesso, e come medici con la voglia di conoscere, ad ascoltare dai docenti ufficiali, vestiti di una cultura accademica troppo spesso condizionata da "protocolli" nel senso più deterioro del termine, e quindi rivestita di arroganza che è il seme più prolifico dell'ignoranza. Quindi la PNEI rappresenta un nuovo modo di pensare non solo la medicina ma l'individuo nella sua totalità psicosomatica, una proposta culturale che vede finalmente i sistemi endocrino, immunitario e nervoso come una unità assoluta.

Tutto ciò non rappresenta di certo un semplice punto di vista, da anni la ricerca seria, non quella al servizio delle aziende farmaceutiche che, ricordatevi, non hanno alcun interesse che voi possiate guarire né che possiate capire diciamo così "come funzionano le cose", dicevo da anni questa ricerca ha dimostrato i presupposti

biomolecolari del funzionamento PNEI del nostro organismo, pensate per esempio che i "neuropeptidi", così chiamati perché veniva, fino a non molto tempo fa, ritenuto che fossero prodotti solo da neuroni, possono essere invece prodotti anche da qualunque cellula endocrina, dalle cellule di tutto l'apparato digerente e respiratorio, dai reni e perfino dal cuore ecc., manca qualcosa? Tutto può produrre tutto ed è integrato con tutto. Ciò ha aperto le porte a nuovi concetti come quello della neuromodulazione secondo la quale il sistema nervoso centrale e periferico rispondono e riverberano ogni segnale infiammatorio, traumatico, emotivo ecc., innescando dei meccanismi che coinvolgono sistema endocrino e sistema immunitario, pensate quanto tutto ciò può essere importante nell'eziopatogenesi delle malattie autoimmuni LES compreso.

Le scoperte degli ultimi venti anni hanno rivoluzionato l'immagine del sistema immunitario; la tradizionale concezione del sistema come puro meccanismo difensivo comandato dallo stimolo antigenico è ormai abbandonata. Le cellule immunitarie interagiscono costantemente tra di loro, con il sistema nervoso e con il sistema endocrino a tal punto che non c'è modificazione del sistema nervoso che non si associ a modificazioni del sistema endocrino e immunitario e viceversa.

Le fibre del sistema nervoso autonomo innervano gli organi linfatici avvolgendoli e infiltrandoli così da creare delle strettissime connessioni con i linfociti, si parla infatti di "giunzioni neuroimmunitarie", così che ogni più piccola variazione nell'equilibrio del sistema simpatico - parasimpatico, viene registrata dalle cellule immunocompetenti. Inoltre, l'individuazione sulla parete cellulare dei linfociti di recettori per una serie di sostanze che possono attivare o inibire le loro funzioni, è stata decisiva per comprendere una delle basi molecolari dell'influenza della mente sul sistema immunitario. Questi recettori sono come serrature che si possono aprire per dare l'inizio a delle specifiche funzioni cellulari e le molecole che interagiscono con essi sono neuropeptidi, neurotrasmettitori, ormoni, citokine, ecc.

Dunque il sistema nervoso non solo è collegato al sistema immunitario ma è essenziale per una funzione immunitaria appropriata. Se consideriamo poi, quanto il sistema nervoso autonomo, attraverso una eccitazione o inibizione del simpatico o del parasimpatico, possa far esprimere a tutto il corpo una emozione nata nel sistema nervoso centrale, allora ci apparirà sempre più evidente il nesso tra emozioni e sistema immunitario ma più genericamente direi, tra emozioni e malattia.

Ma non voglio dilungarmi oltre, il mio intento era quello di dare degli spunti di riflessione e spero di esserci, almeno in parte, riuscito. Personalmente rimango a disposizione e mi permetto di suggerire una lettura anzi due che ritengo estremamente interessanti: "LE EMOZIONI DISTRUTTIVE" e "LE EMOZIONI CHE FANNO GUARIRE" entrambe di Daniel Goleman in collaborazione con il Dalai Lama ed entrambe pubblicati da mondadori.

Giuseppe Genovesi
Endocrinologo, Psichiatra e Immunologo