

**XIV CONVEGNO A.M.I.A.R.
AGOPUNTURA E M_nC NELLA PREVENZIONE
E NEL BENESSERE PSICO-FISICO**

Torino, 12 aprile 2014

IL BENESSERE, LO STRESS E LA NEUROAURICOLOTERAPIA

Relatore: Dr. Carlo Ripa

Benessere, Stress ed Auricoloterapia

Il benessere è lo stato emotivo, mentale, fisico, sociale e spirituale che consente alle persone di raggiungere e mantenere il loro potenziale contributo individuale all' interno della società; comunemente è percepito come una condizione di armonia tra uomo ed ambiente ed è il risultato di un processo di adattamento a molteplici fattori che incidono sullo stile di vita.

Stress

Lo stress è un elemento permanente della nostra vita quotidiana, anche se occorre limitarne l' impatto negativo.

Secondo Hans Selye lo stress è la misura delle perturbazioni causate dalla vita.

In biologia moderna è la risposta di un circuito biopsicosociale ad ogni elemento interiore od esteriore sufficiente per spostare il livello medio omeostatico corrente.

quattro

stadi successivi di stress:

1. reazione di allarme: dura pochi secondi durante i quali la biologia cellulare è informata sugli agenti stressor, attraverso un sistema neuronale simpatico e medullo surrenale che libera adrenalina e noradrenalina, con aumento della frequenza cardiaca, della contrazione sistolica, con redistribuzione del sangue viscerale verso i muscoli ed il cervello e mobilizzazione dell' energia disponibile attraverso glicogenolisi e lipolisi (è la reazione di fuga o combattimento).

2. Reazione di adattamento iniziale: reagisce per alcuni minuti (7 minuti) e si stabilizza in circa 2-3 h.

Si attivano strategie cellulari e biologiche di difesa ed adattamento attraverso il sistema limbico e neuroendocrino.

Tale reazione interessa il complesso amigdala-ippocampo. Infatti la paura nasce nei nuclei baso-laterali dell' amigdala, è trasmessa al nucleo centrale che attraverso il n. della stria terminale scatena l' attivazione dell' asse ipotalamo-ipofisi corticotropo con liberazione di glucocorticoidi, sotto l' influenza dell' ACTH stimolato dal CRF , secreto dalla regione parvocellulare dei nuclei paraventricolari ipotalamici.

3. Reazione di adattamento prolungato (oltre 2 h).

Assistiamo all' intervento di alcune strutture specifiche:

- la corteccia prefrontale invalida il biofeedback negativo (CRF → ACTH → cortisolo) al fine di poter disporre di glucocorticoidi che limitano le reazioni eccessive e nefaste di altre sostanze stimulate dallo stress, quali: l' insulina, le linfocine e la melanotropina.
- Interviene l' arginino-vasopressina che rinforza l' azione della corticoliberina.
- Il SNA stimola la secrezione di cofattori del CRF, quali l' angiotensina II, l' ossitocina, l' acetilcolina e la serotonina.

Vi sono poi sistemi di controllo omeostatico che l'organismo mette in atto per resistere allo stress, quali un:

-blocco dell' asse gonadotropo attraverso il CRF, -l' ACTH ed i glucocorticoidi ed attraverso le betaendorfine.

-Diminuzione della secrezione della prolattina attraverso la dopamina.

-Aumento del GRF.

-Freno dell' asse tiroideo con diminuzione del TSH.

Tutte queste attivazioni permettono all' organismo di resistere allo stress.

4. Fase di esaurimento.

Dopo circa 7 mesi assistiamo ad uno scivolamento patologico, in cui lo stress è responsabile di:

- esaurimento neuro-ippocampico legato alla secrezione di cortisolo e che comporta problemi cognitivi (ansietà, depressione, fobie...).
 - I glucocorticoidi inibiscono l' asse gonadotropo con amenorrea ed ipogonadismo ipotalamico.
 - La stimolazione intempestiva della somatostatina da parte del GRF crea diminuzione del GH.
-

-Blocco cronico dell' asse tiroideo con inibizione della conversione del T4 in T3 (ormone attivo).

-Inibizione della risposta immunitaria ed infiammatoria, con alterazioni circolatorie e funzionali dei leucociti e diminuzione della produzione di citochine.

Tutto ciò comporta viropatie, malattie differenti ed incremento dello sviluppo di tumori.

In conclusione: la risposta allo stress fa intervenire un circuito biopsicosociale, nel quale vengono coinvolte differenti componenti dell' individuo:

-Il sistema dopaminergico che permette al lobo prefrontale di anticipare con il pensiero le azioni e programmarle.

-Il sistema mesolimbico che attraverso il nucleo acumbens motiva il soggetto (depresso senza interesse...).

-Il complesso amigdala ippocampo che sovrintende alla analisi emozionale.



Lo stress è pertanto capace di ripercuotersi sulla salute individuale, la vita familiare, sociale, professionale e coniugale.

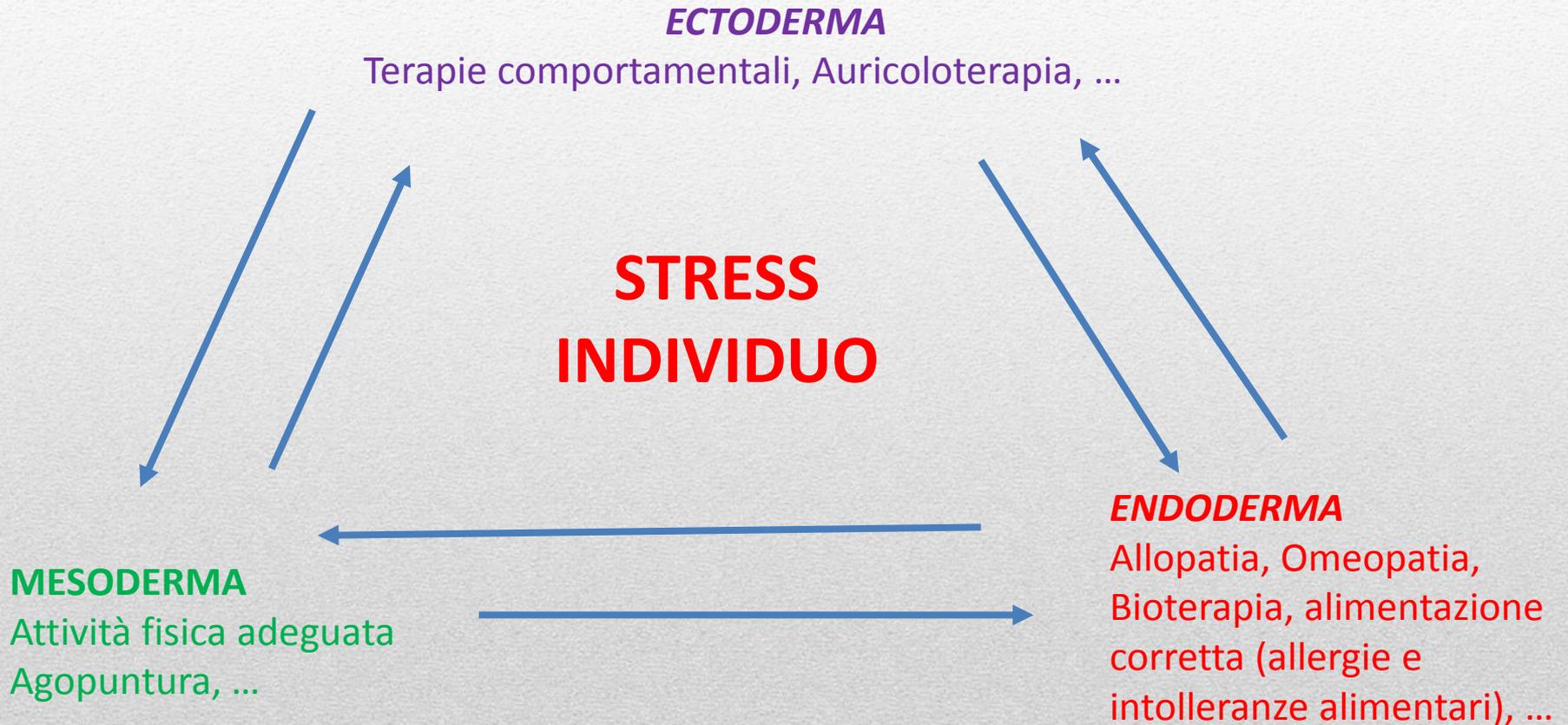
Lo stress crea disturbi ansiosi, depressioni, fobie, somatizzazioni,...

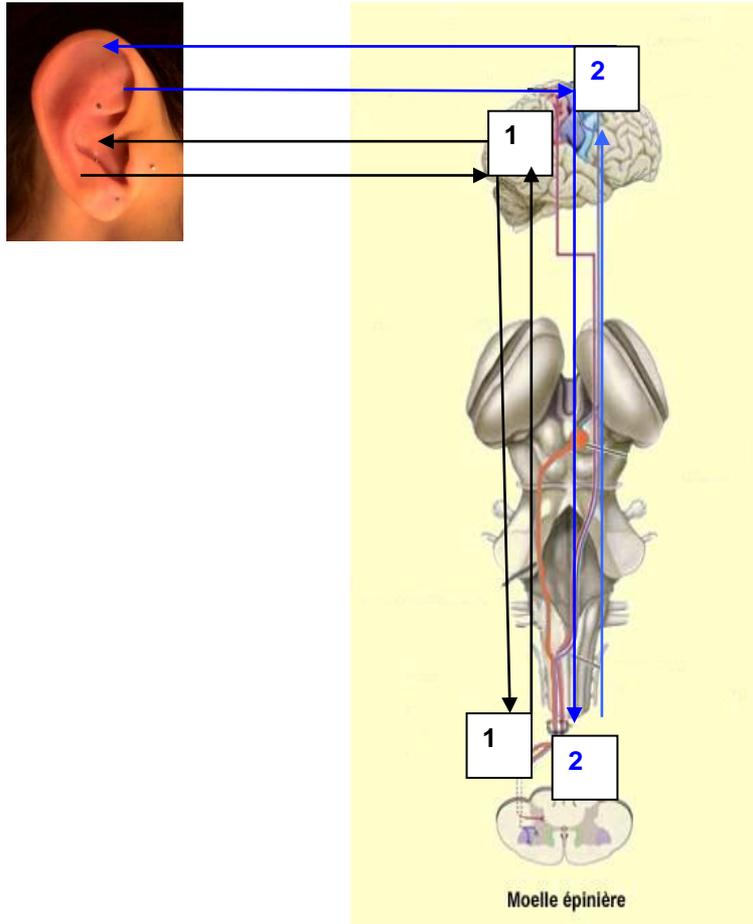
Le risposte allo stress sono:

Terapie farmacologiche : *allopatiche, bioterapiche, omeopatiche, ...*

Terapie comportamentali

Agopuntura e Auricoloterapia





L'orecchio in virtù della innervazione privilegiata (V-VII-IX-X nervo cranico e plesso cervicale superficiale) è collegato al cervello in modo bidirezionale usufruendo pertanto di un continuo scambio di informazioni fra orecchio, cervello e organi periferici.

L' Auricoloterapia mediante la stimolazione di specifici punti dell' orecchio, può influenzare precise zone del sistema nervoso centrale favorendo il recupero della loro migliore configurazione omeostatica, purchè il messaggio sia coerente con la patologia esistente, essenziale ed il linguaggio con il quale si comunica sia proprio del sistema nervoso, ovvero dettato da un ragionamento neurofisiologico.

AURICOLOTERAPIA E CERVELLO

(modalità di azione)

Il cervello dispone di una riserva di autoterapia geneticamente determinata.
Una richiesta terapeutica può dilatare tale riserva di autoterapia, se:

- parla la lingua propria del cervello: la neurofisiologia
- La richiesta è coerente e pertinente con il quadro clinico
- La richiesta è percepita dal cervello come terapeutica

STRESS: Auricoloterapia

La triade di rilassamento

E' un protocollo terapeutico usato in svariate situazioni ove lo stress è un elemento che concorre a creare o mantenere una patologia che può interessare l'apparato locomotore, l'apparato digestivo, il sistema nervoso o neurovascolare.

1 - P. Cosmonauta (F6) o gangliomero simpatico | L1

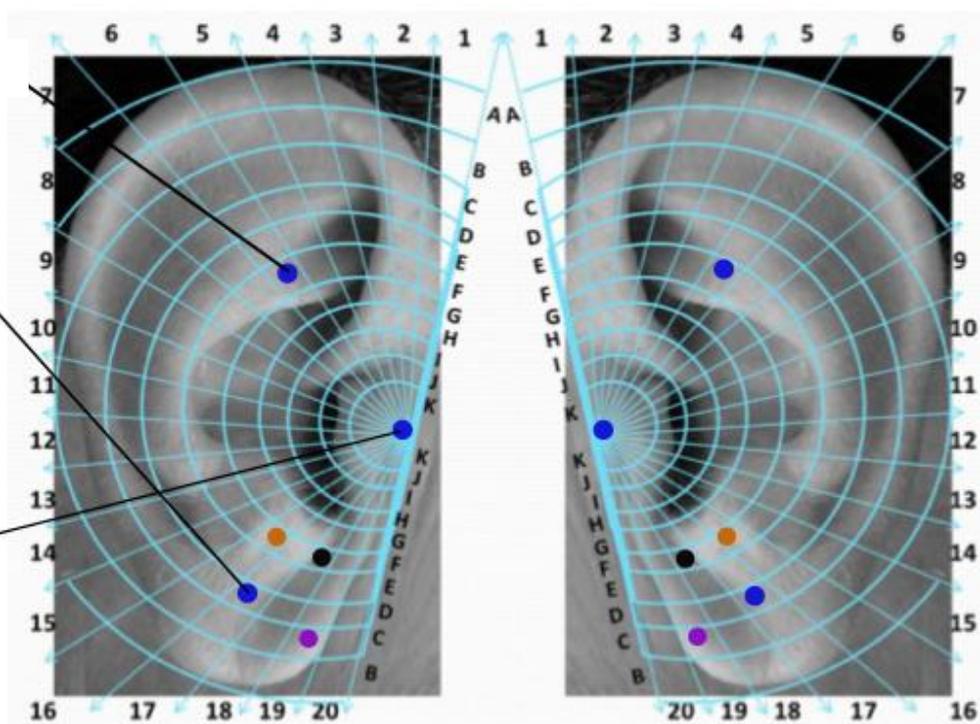
Si localizza nella zon apicale della fossetta triangolare.
E' il punto di entrata dello stress che è una ipersimpaticotonia che da come primo segno l'eccitazione del ganglio simpatico L1 che deve essere riequilibrato

2 - PMSensoriale (D17)

Si localizza nel centro del lobulo auricolare.
Rappresenta un'area associativa corticale.
Il cervello è il secondo bersaglio dello stress, la sua puntura riequilibra la d.d.p. interemisferica

3 - Punto 0' (K11) o corpo calloso

Si localizza nell'area di confine tra il centro del trago e la guancia.
Filtra gli stimoli di allarme da stress che passano da un emisfero all'altro.



Se si comincia a pungere il padiglione dominante si ottiene un'azione ansiolitica pura, se si comincia dalla parte non dominante si ottiene una potente azione antidepressiva

La triade di rilassamento può essere: ADATTATA O MODIFICATA

Triade di rilassamento adattata:

In questo protocollo l'azione ansiolitica è indirizzata in modo particolare su un elemento che occupa la seconda posizione.

Esempio: **COSMONAUTA - TSH - CORPO CALLOSO**

Triade di rilassamento modificata:

In questo caso si vuole specificare con la sostituzione del terzo elemento della triade l'azione antistress attribuita a ciascun emisfero cerebrale.

Esempio: **COSMONAUTA - PMS - P. GENITALE** (dal lato della lateralità)
COSMONAUTA - PMS - RINENCEFALO (controlaterale)

1 - P. Cosmonauta (F6) o gangliomero simpatico | L1

Si localizza nella zona apicale della fossetta triangolare.
E' il punto di entrata dello stress che è una ipersimpaticotonia che da come primo segno l'eccitazione del ganglio simpatico che deve essere riequilibrato

L1

2 - PMSensoriale (D17)

Si localizza nel centro del lobulo auricolare.
Rappresenta un'area associativa corticale.
Il cervello è il secondo bersaglio dello stress che va riequilibrato

3 - Punto 0 (H9)

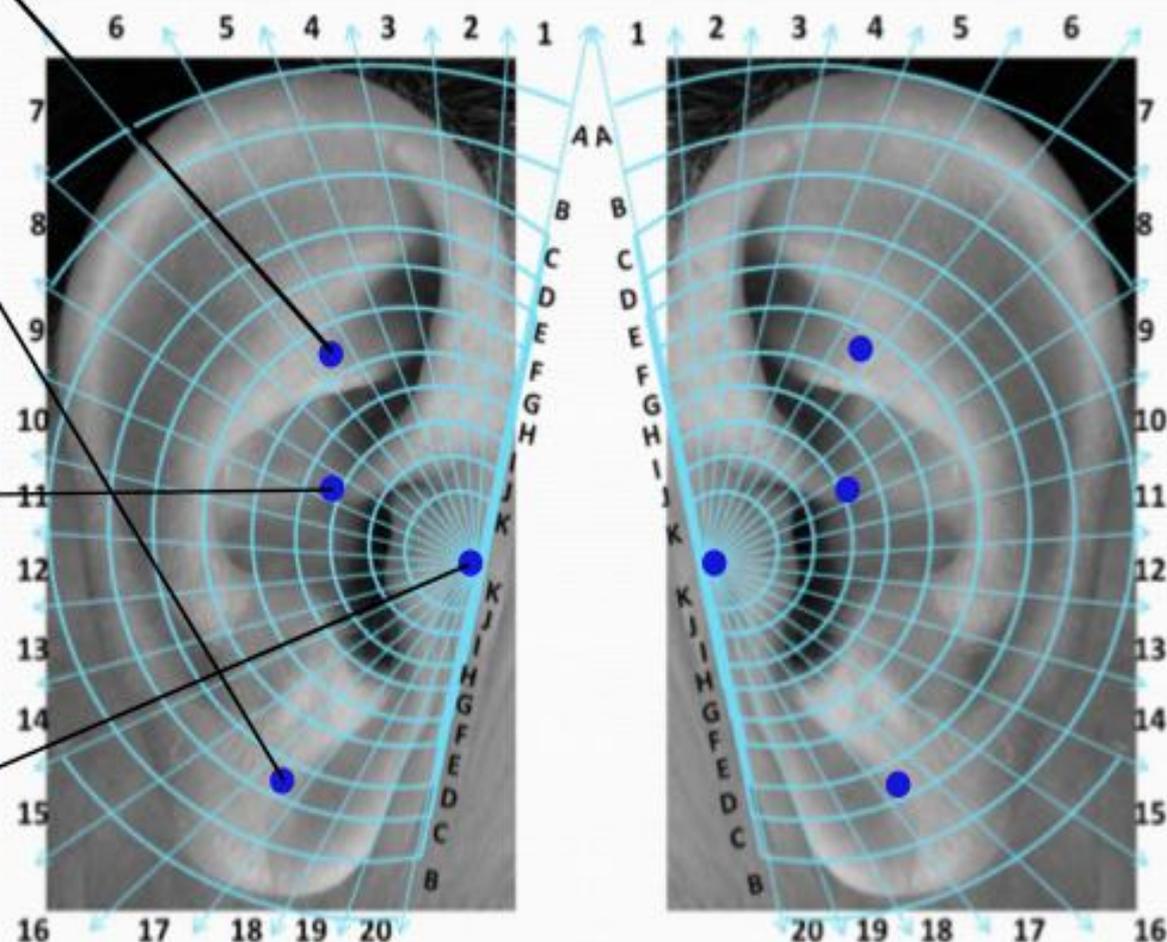
Si localizza alla base della radice dell'elice.
E' il punto di reset di tutto il sistema neurovegetativo.
Corrisponde alla cicatrice ombelicale e comprende il plesso solare, ganglio semilunare, plesso mesenterico superiore e plesso renale.

4 - Punto 0' (I K14) o corpo calloso

Si localizza nell'area di confine tra il centro del trago e la guancia.
Filtra gli stimoli di allarme da stress che passano da un emisfero all'altro.

STRESS: Auricoloterapia

Detensione neurovegetativa



La detensione neurovegetativa tratta il paziente stressato che presenta patologie digestive: gastriti, colopatie...

STRESS: Auricoloterapia

La linea degli omega ($\bar{\Omega}$ - $\bar{\Omega}''$ - $\bar{\Omega}'$)

1 - P. Omega (C18)

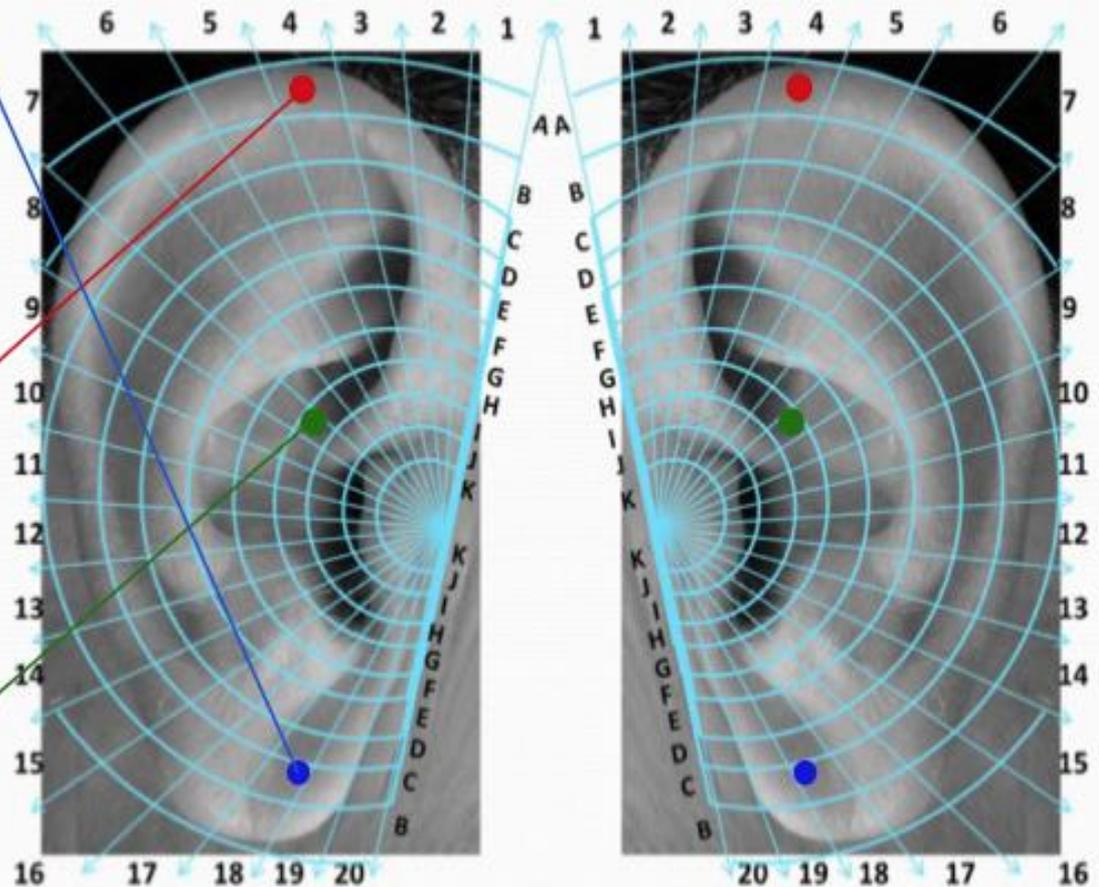
Si localizza sul lobulo parte infero-interna.
E' il punto maestro dell'ectoderma e sovrintende alle patologie neurologiche, comportamentali, psichiatriche, dermatologiche.

2 - P. Omega II (A4)

Si localizza sul punto apicale dell'elice.
E' il punto maestro del mesoderma e sovrintende alle patologie che interessano l'apparato locomotore e riveste anche una azione comportamentale che porta l'individuo ad aprirsi verso gli altri

3 - P. Omega I (H8)

Si localizza nell'emiconca superiore interna.
E' il punto maestro dell'endoderma e sovrintende alle patologie che interessano l'apparato viscerale gastroenterico



Si punge prima il padiglione auricolare controlaterale nel soggetto con stress che inizia a presentare sintomi di disturbi omeostatici generali

STRESS: Auricoloterapia

Disturbi della memoria

1 - P. Ippocampo (F14)

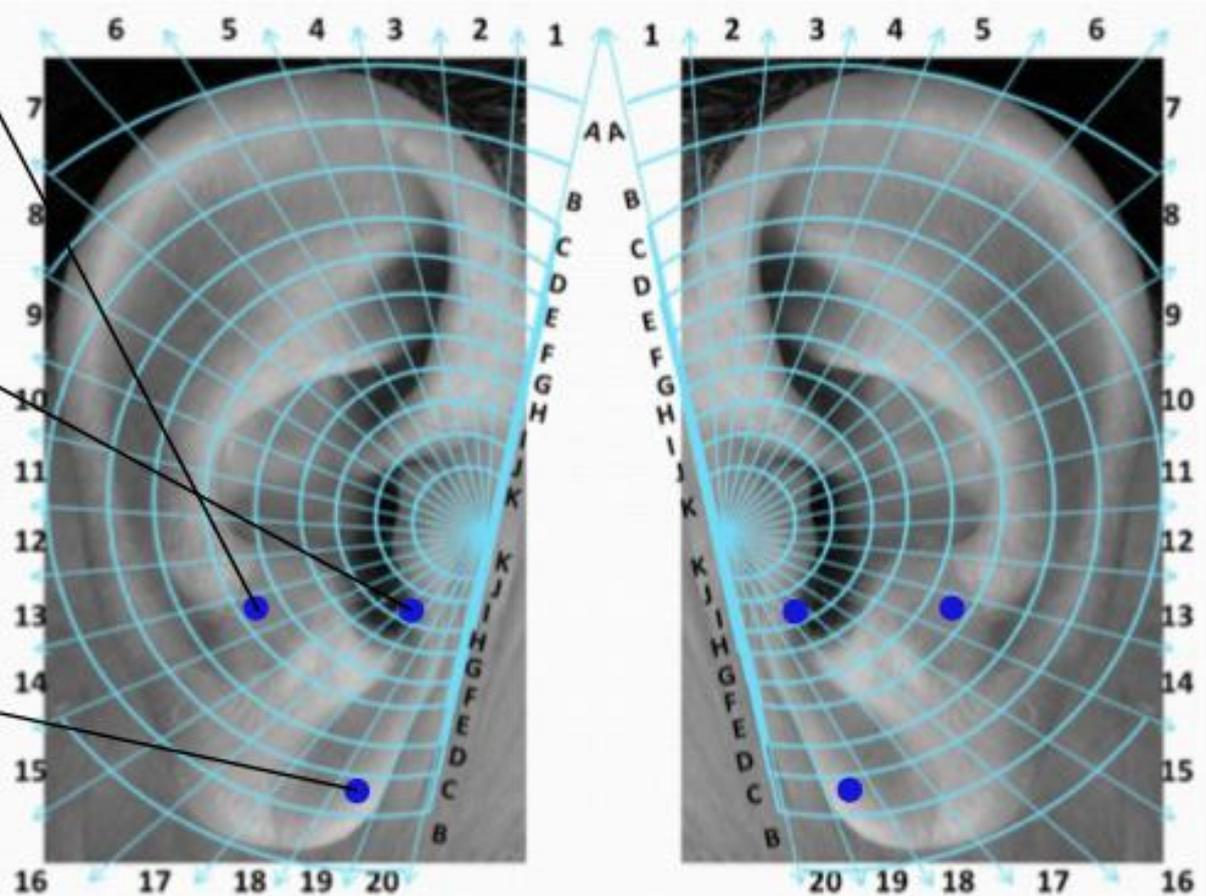
Si localizza nella forchetta tra il trago e l'antelice. Rappresenta la memoria e tutti gli schemi mnesici.

2 - P. ACTH (I17)

Si localizza sul parapetto interno della branca montante del trago in corrispondenza dell'angolo del ponte tragale, all'inizio della branca montante.

3 - P. Rinencefalo(C19)

Si localizza sull'area prelobulare infero-interna. Svolge una azione ansiolitica agendo direttamente sulla parte emozionale rinoencefalica.



La puntura auricolare inizia sul padiglione controlaterale e tratta i disturbi di memoria legati allo stress responsabile della ipotrofia dell'ippocampo

STRESS: Auricoloterapia

Disturbi fobici, paure, angoscie...

1 - P. Cosmonauta (F6) o gangliomero simpatico L1

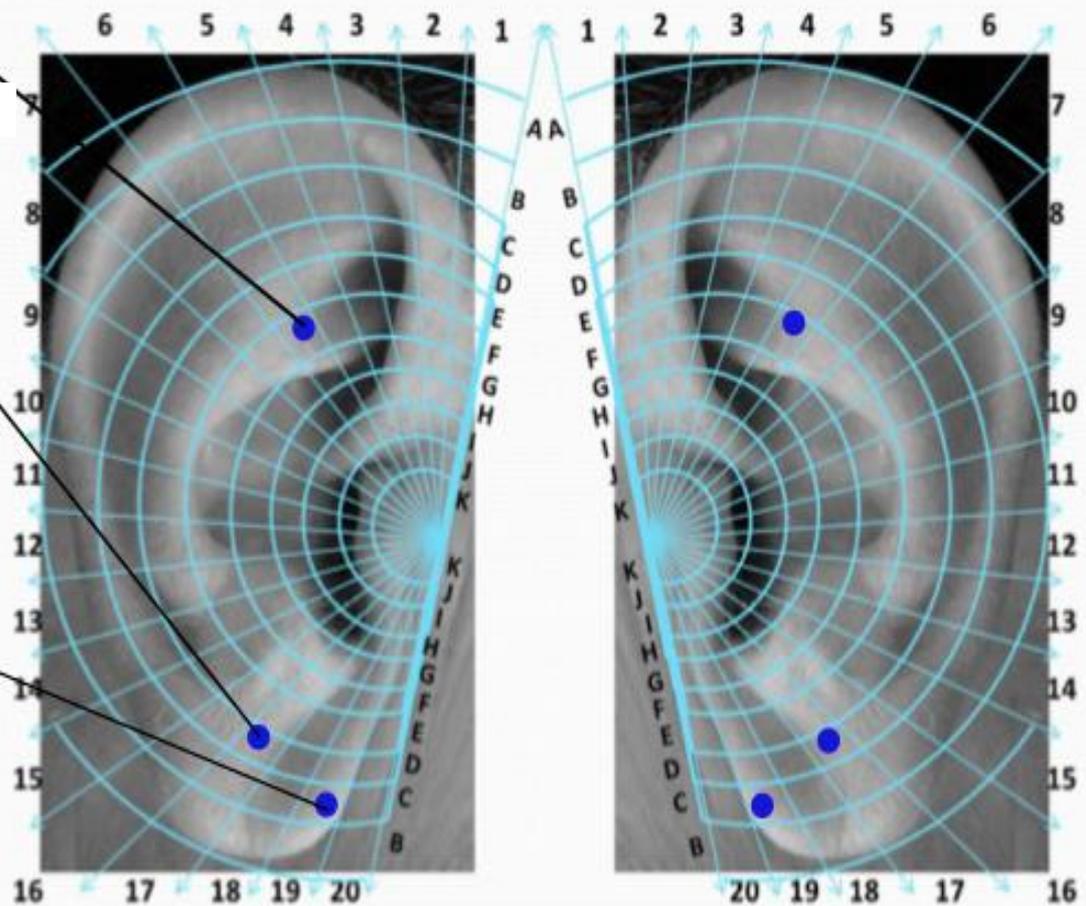
Si localizza nella zona apicale della fossetta triangolare.
 E' il punto di entrata dello stress che è una ipersimpaticotonia che da come primo segno l'eccitazione del ganglio simpatico D12 che deve essere riequilibrato

2 - PMSensoriale (D17)

Si localizza nel centro del lobulo auricolare.
 Rappresenta un'area associativa corticale.
 Il cervello è il secondo bersaglio dello stress, la sua puntura riequilibra la d.d.p. interemisferica.

3 - P. Rinencefalo (C19)

Si localizza sull'area prelobulare infero-interna.
 Svolge una azione ansiolitica agendo direttamente sulla parte emozionale rinoencefalica.



STRESS: Auricoloterapia

Disturbi endocrino tiroidei

1 - P.M embriogenetico (A4) del mesoderma

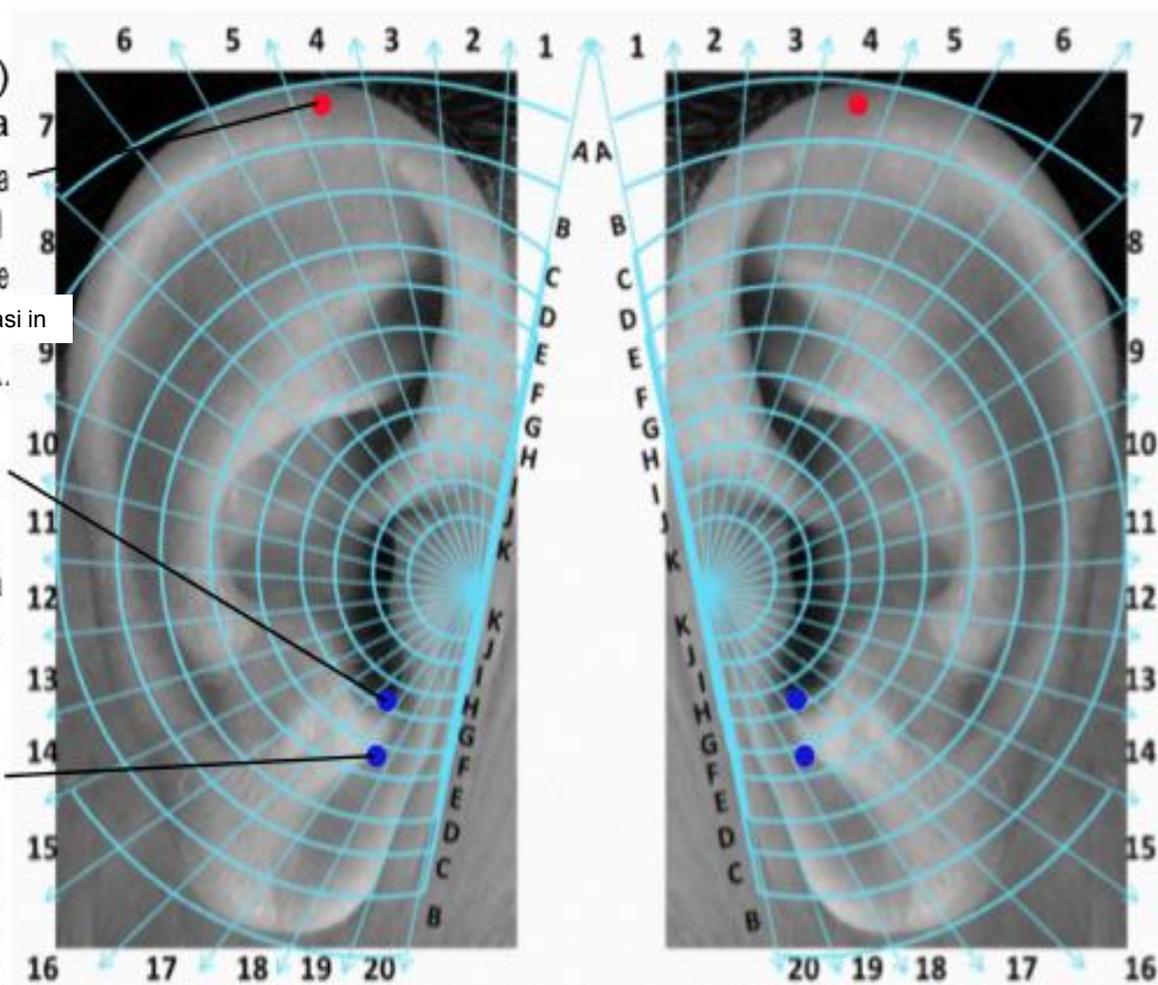
Si localizza sulla verticale del punto dell'anca all'apice dell'orecchio. Provoca reset di tutto il sistema mesodermico e ricopre anche un'azione cognitiva aumentando l'enfasi in pazienti chiusi e introversi...

2 - P. IPOFISI (H17)

Sul parapetto interno della branca montante del trago, al di sotto del punto ACTH. Regolarizza i meccanismi endocrino ipofisari...

3 - P. Tiroide-TSH (F18)

Si localizza a livello del solco prelobulare al disotto dell'incisura intertragica. Ex punto di aggressività regolarizza le reazioni aggressive che corrispondono all'aumento di TSH che attiva la tre iodotironina che scatena l'atto aggressivo.



STRESS: Auricoloterapia

Disturbi ponderali

1 - P. Ipotalamo anteriore (G15)

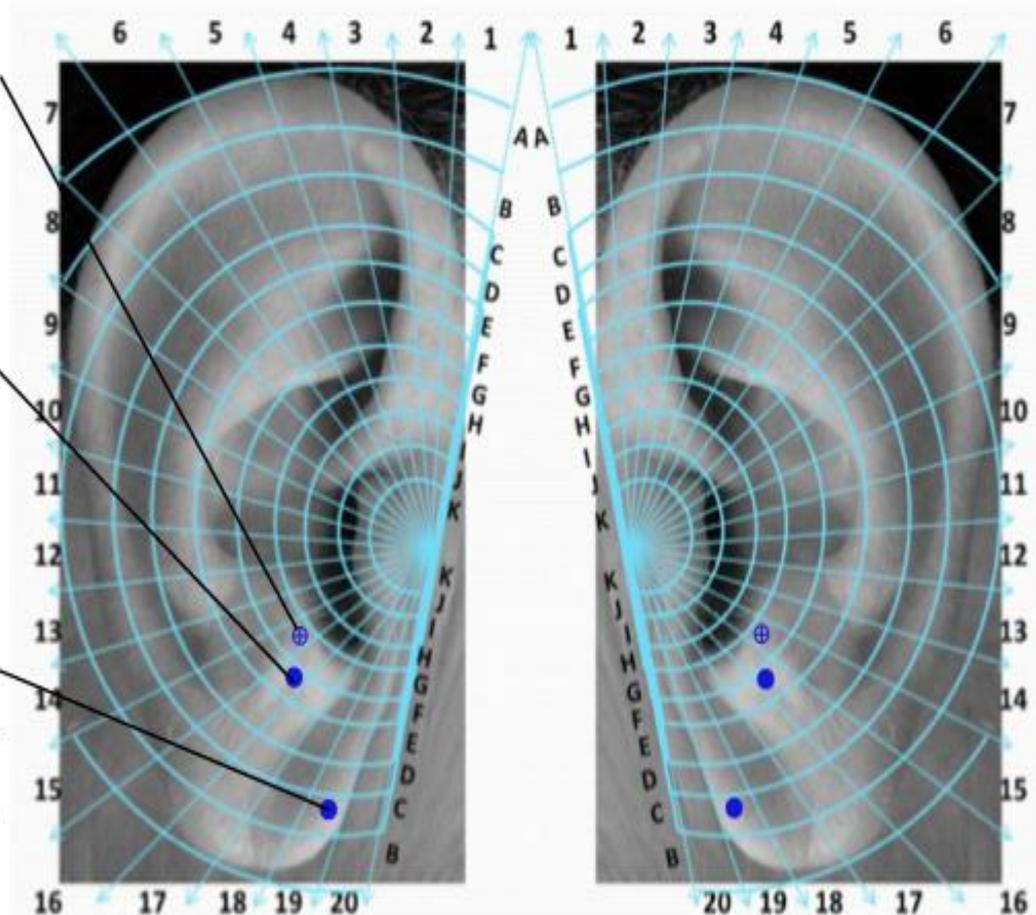
Si localizza sull'antemuro dell'antitrago nella parte anteriore.

2 - P. Genitale FSH-LH (F16)

Si localizza sulla faccia anteriore dell'antitrago

3 - P. Rinencefalo(C19)

Si localizza sull'area prelobulare infero-interna.
Svolge una azione ansiolitica agendo direttamente sulla parte emozionale rinencefalica.



STRESS: Auricoloterapia

Disturbi comportamentali - sociali di chiusura verso gli altri...

1 - P. Omega II(A4)

Si localizza sul punto apicale dell'elice. E' il punto maestro del esoderma e riveste anche una azione reciproca comportamentale che porta l'individuo verso gli altri..

1 - P. Cosmonauta (F6) o gangliomero simpatico L1

Si localizza nella zon apicale della fossetta triangolare. E' il punto di entrata dello stress che è una ipersimpaticotonia che da come primo segno l'eccitazione del ganglio simpatico L1 che deve essere riequilibrato

1 - P. Ippocampo (F14)

Si localizza nella forchetta tra il trago e l'antelice. Rappresenta la memoria e tutti gli schemi mnesici.

