

## SOMMARIO

### Il sistema nervoso simpatico e parasimpatico

Il sistema nervoso autonomo è una parte del sistema nervoso periferico che controlla le funzioni dell'organismo a riposo e le reazioni riflesse. Può essere diviso in sistema nervoso simpatico, sistema nervoso parasimpatico.

Il dottor Peci inizia il webinar con un esempio: di fronte a una paura, un pericolo, è difficile raggiungere un controllo. Chi si trova davanti un animale feroce ha un ritmo cardiaco accelerato, contrazioni viscerali, secchezza delle fauci, tutte risposte che non si riescono a controllare perché si tratta di sistemi che agiscono in modo autonomo. In presenza di una malattia, si può avere una certa consapevolezza di un problema ma la mente non è in grado di governare il sistema neurovegetativo, perché "non è questione di allenamento".

### *Le manifestazioni organiche*

Una piccola premessa: ogni organo ha una doppia manifestazione, una in caso di attivazione del sistema simpatico, una in caso di attivazione del parasimpatico. Le due sono una l'opposta dell'altra e quando un sistema è attivato l'altro è inibito. Il sistema nervoso parasimpatico è oggettivamente espresso con manifestazioni specifiche :

- costrizione della pupilla
- stimolazione della salivazione
- inibizione dell'attività cardiaca
- costrizione dei bronchi
- stimolazione della digestione
- stimolazione della cistifellea
- contrazione vescica
- rilassamento del retto

Il sistema nervoso simpatico:

- dilatazione della pupilla
- inibizione della salivazione
- dilatazione dei bronchi stimolazione dell'attività cardiaca
- inibizione della digestione
- aumento del rilascio del glucosio
- secrezione di adrenalina e noradrenalina nelle ghiandole surrenali
- rilassamento della vescica
- contrazione del retto

### *L'esempio del manager a cena*

Il dottor Peci fa l'esempio di un manager che in una cena di lavoro ordina un piatto di pasta alle vongole ma le cose non vanno al meglio: il manager, mentre mastica il cibo, avverte della sabbia in bocca, ecco che l'organismo attiva il sistema parasimpatico e quindi aumenta la salivazione e blocca la deglutizione. Il sistema neuro sta dicendo: "quella cosa va buttata via", ma il manager in una situazione formale come una cena di lavoro non può certo farlo (parte psichica), così combatte con la salivazione aumentata e ingerisce il cibo contro la volontà neuro. Ora, siamo sicuri che la prossima volta il manager, come faremmo tutti noi, eviterà di ordinare un piatto di pasta con la vongole a una cena di lavoro, farà dunque tesoro della sua esperienza, perché questa parte può essere controllata, ma non può esserlo il sistema neuro che procede per sensorialità e non per ragionamenti.

Tutto questo per dire che la conoscenza di queste manifestazioni, di questi segnali è fondamentale in presenza di una malattia. Per questo saper riconoscerli e monitorarli dice tantissimo sull'andamento della malattia stessa e sulla terapia.

### *Il Neurotest*

Da qui è partita l'elaborazione del **Neurotest** (<https://ecronicon.com/ecne/ECNE-12-00821.php>) un test neurologico messo a punto dal dottor Peci, insieme alla sua squadra di ricerca. Il test si basa sulla raccolta di **“sintomi”** che il paziente percepisce e che vanno inseriti in una tabella specifica.

Il sistema, spiega il dottor Peci, cerca di rispondere sempre al malessere dell'organismo: ad esempio, in una condizione conflittuale attiva una risposta di allerta e un processo per espellerlo.

Tutti questi meccanismi sono stati lampanti con il Covid e il Long Covid. La malattia veniva espressa come una malattia gravissima e il sistema in allerta lavorava in un substrato negativo che non favoriva il processo di guarigione, tutt'altro. Di fronte a una malattia conclamata, in genere, c'è l'aspetto di fiducia che sovrasta le condizioni fisiche, mentre un allarme di pericolo continuo rischia di provocare una risposta negativa dal punto di vista della funzionalità. Questo perché, come si diceva, sono sistema autonomi, dettati dalla sensorialità, ad attivarli sono i nervi cranici, aggiunge il dottor Peci. Conoscere questi aspetti e meccanismi significa possedere una chiave di lettura preziosa grazie alla quale gestire la malattia, e questo dovrebbe essere il punto centrale di ogni atto terapeutico.

Il dottor Peci conclude accennando alla terapia Di Bella: nei malati oncologici si è visto che ricorrono 3 elementi simpaticotonici: alterazione del sonno, mancanza di appetito, abbassamento dell'umore. Nella terapia si teneva conto di questi elementi, cercando di gestirli e tenerli a bada.