

UNA NUOVA PROSPETTIVA: IL TRATTAMENTO CORPOREO DELLA DEPRESSIONE

Matteo Dellaborra, fisioterapista

Un gruppo di ricercatori ha riscontrato una correlazione tra depressione emotiva e alterazioni di alcune articolazioni del sistema cranio-sacrale. Esso è composto fondamentalmente dalle strutture osse del cranio e dell'osso sacro, e dalle membrane che rivestono il sistema nervoso in cui scorre il liquido cefalo-rachidiano che nutre e protegge il cervello e il midollo spinale. Proprio la produzione ciclica di questa sostanza produce un'onda di espansione e contrazione che si distribuisce, grazie alla continuità dei tessuti connettivi, a tutto il corpo. Si può sentire questo ritmo in ogni distretto corporeo attraverso la palpazione e ha una frequenza fisiologica tra 6 e 12 cicli al minuto, ed è anche un indicatore della vitalità di una persona infatti nelle persone depresse molto spesso si riscontra una frequenza ridotta. Per una condizione di salute è necessario che non vi siano restrizioni o asimmetrie a livello delle articolazioni, delle meningi e dei tessuti connettivi che propagano il ritmo.

Nel caso della depressione si è notata una significativa incidenza delle disfunzioni di almeno due delle seguenti articolazioni: tra l'occipite e la prima vertebra cervicale (base cranica), tra le ossa del cranio occipitale e sfenoide, e a livello lombare tra la 5 vertebra lombare e la 1 sacrale.

Data la vicinanza con i sistemi nervoso ed endocrino si capisce come le strutture del sistema craniosacrale possano influire anche sulla fisiologia delle emozioni: in questo caso in particolare uno sfenoide leggermente fuori asse può influire anche sulla ghiandola ipofisi che regola tutto il sistema ormonale provocando disturbi poi difficilmente interpretabili. Per ripristinare la corretta mobilità di questo sistema si utilizza la terapia craniosacrale che si serve di particolari manipolazioni non invasive. Attraverso delle delicate pressioni si decomprimono queste articolazioni che risultano sovraccaricate e si va a ripristinare la corretta circolazione dei liquidi nel sistema nervoso che porta una rinnovata carica di energia vitale. Scopo di questa terapia è incoraggiare i naturali meccanismi di autoguarigione del corpo, dissipando gli effetti negativi dello stress, rafforzando la resistenza alle malattie e migliorando la salute in generale.

Presso il nostro centro questa tecnica è utilizzata anche per un altro importante scopo: quello di riportare alla coscienza delle emozioni antiche impresse nella memoria corporea dei tessuti, ma che non sono comunemente accessibili alla mente conscia. Queste emozioni costituiscono poi materiale di lavoro nelle sedute di analisi personale per una rielaborazione a più livelli dei traumi passati.