

ANTONIO DEL SORBO

ASCOLTANDO LA PELLE

IL DERMATOLOGO RISPONDE



SOMMARIO

PREMESSA	8
INTRODUZIONE	9
BREVI NOTE BIOGRAFICHE	13

CAPITOLO I

ESPLORANDO IL PIANETA PELLE 15

Attraverso il microscopio.....	23
Ontogenetica e Filogenetica	29
Embriologia cutanea.....	30
Filogenetica dell'apparato tegumentario.....	32
Un microcosmo in ogni cellula.....	42
Cronobiologia della pelle	49

CAPITOLO II

I MICROBI, IL SOLE E I RIMEDI ALTERNATIVI 73

Dottore, ma come mi sono infettata?.....	73
Gli abitanti del pianeta pelle.....	75
Quando i batteri erano i migliori amici della pelle.....	77
Microbiologia di cute e mucose	81
Ma il sole è davvero cambiato?	88
Il paziente itinerante.....	91
I miei grandi Maestri	93
Le cosiddette medicine alternative	97
Una pelle fatta di acqua	106

CAPITOLO III

UN LINGUAGGIO SILENZIOSO 119

Sentire "a pelle"	125
Un trauma tanto forte da essere rimosso	134
L'odore della paura.....	142
Le risposte arcaiche della pelle	152
La pelle è altrove.....	159

L'ambiente familiare e sociale.....	161
Stessa dermatite, stessa terapia.....	166
Dermatiti da stress.....	171
Le ferite della pelle	176
Primo organo di contatto.....	182
Dottore, mi dia uno sguardo... alle foto!.....	186
Ho letto su Internet.....	188

CAPITOLO IV

MODULI COMPORTAMENTALI DI ATTACCO, DIFESA, PAURA..195

Il perfezionista E1.....	210
L'altruista E2.....	213
Il leader E3	218
Il tragico E4.....	224
L'osservatore E5.....	236
Il sospettoso E6	240
L'entusiasta E7	249
Il capobranco E8	256
Il bonaccione E9	262
Enneagramma in dermatologia.....	266
Distribuzione statistica degli enneatipi	268

CAPITOLO V

LA DERMATOLOGIA BASATA SULLA NARRAZIONE 289

Un gioco per bambini.....	297
Amici a quattro zampe	300
Orticaria da crostacei.....	305
L'elisir di eterna giovinezza.....	311
Dermatite da contatto o da distacco?	314
La psoriasi va in vacanza.....	319
Macchie bianche e rimozione.....	324
La moglie dello scrittore	328
La lettera e il suo segreto.....	334
Gemelli diversi	338
Parenti serpenti.....	341
Un pesce fuor d'acqua	344
Con il sudore delle mani.....	352
Prurito aestivalis	356

Un fiore non basta.....	360
Pensavo fosse scabbia.....	366
Anziani in quarantena	370
Ciccia, brufoli e cioccolata.....	372
Una buona parola	380
Un fulmine a ciel sereno	383
Casa dolce casa.....	384
Schiava dei farmaci.....	389
Un contatto ritrovato	394
Il pomatologo di turno	398
Ho letto in un articolo... ..	404
La fabbrica dei profumi	411
Febbre da cavallo.....	419
Il prezzo dei segreti.....	426
Guarigione miracolosa.....	429
Herpes di fine anno	435

APPENDICE 443

I mali del nuovo secolo	443
Cosmetici sintetici e naturali.....	454
Regaliamo un sorriso	458
Paziente per tutta la vita	461
Cambiamento e stabilità nei sistemi complessi.....	464
Piercing e tatuaggi.....	481
I primi feedback	482
Conclusioni.....	489
Con le parole degli altri	491
Letture consigliate	514

INDICE ANALITICO..... 517

PREMESSA

«La mente non c'entra»

Cosa avviene al di là della superficie cutanea? Perché in determinati momenti della nostra vita la pelle reagisce con macchie rosse, prurito o altre fastidiose manifestazioni? Perché non si erano mai presentate prima, e soprattutto perché a volte recidivano malgrado le terapie appropriate?

Sulla pelle possiamo a volte leggere messaggi provenienti da un luogo lontano: dentro di noi. Contrariamente a quanto si pensi, questo mondo misterioso non è la mente, e non va confuso con essa. Si chiama apparato neurovegetativo, ed è quel motore perpetuo a retroazione che istante per istante si adatta in maniera riflessa e omeostatica alle perturbazioni esterne.

Le sue risposte biologiche, indipendenti dalle nostre intenzioni, risentono delle nostre esperienze passate, e delle sensazioni piacevoli o sgradevoli a esse associate.

Con la forza di volontà non possiamo ordinare a una papula di rientrare né a un prurito di cessare, così come non possiamo arrestare il sudore o il battito cardiaco. In quest'angolo remoto, tuttora poco esplorato, conserviamo le esperienze delle nostre gioie e dei nostri dolori, sotto forma di riflessi condizionati e memorie traumatiche che portiamo con noi anche quando la mente ne allontana il ricordo.

L'apparato neurovegetativo è la sede centrale delle nostre emozioni, ma non del nostro intelletto. La pelle riceve continuamente istruzioni da questo pilota automatico (terminazioni nervose del sistema neurovegetativo) ma non dalla mente, essendo sprovvista di fibre efferenti provenienti dalla corteccia cerebrale (sistema nervoso volontario).

Il sistema nervoso autonomo è la cabina di regia di quelle risposte riflesse che a volte chiamiamo disagi, altre volte eruzioni cutanee o semplicemente sfoghi di pelle.

Esse non partono dalla mente razionale e intenzionale, in quanto servomeccanismi di autoregolazione filogeneticamente appresi. Questo è il motivo per il quale la mente non può cancellare né tantomeno creare macchie cutanee, pur patendone il disagio della sofferenza in ogni sua sfumatura.

A livello cutaneo, la partita delle risposte elementari (per esempio papule, pustole, prurito) non ha inizio nella mente, ma in un posto più profondo e silenzioso chiamato sistema neurovegetativo.

Attraverso il racconto, proveremo a esplorare la pelle anche da questo insolito angolo di osservazione, almeno sul piano narrativo.

INTRODUZIONE

Caro lettore,

Intanto grazie per aver scelto questo libro. Sia in rete sia nelle tradizionali librerie medico-scientifiche sono disponibili validissimi manuali, atlanti e trattati di dermatologia e venereologia.

Attraverso il web chiunque può accedere a materiale accademico, talora anche ultra specialistico, digitando sui motori di ricerca l'argomento che più desidera approfondire, in ogni lingua, da più fonti e in qualsiasi momento. Situazione impensabile fino a pochissimi anni fa.

In questi ultimi anni, con la digitalizzazione della conoscenza e la nascita dei social media abbiamo assistito a un cambiamento epocale del mondo dell'informazione, scenario che per importanza può essere paragonato alle grandi rivoluzioni industriali dei secoli scorsi.

Sulle nozioni tecniche i motori di ricerca ci hanno ormai superato da almeno 20 anni. Nessuno di noi ricorda a memoria la formula chimica di tutti i farmaci o le singole mutazioni genetiche associate alle problematiche cutanee. Invece il dottor Internet le rammenta perfettamente, su questo è più bravo di noi. Sa più nozioni di noi, parla più lingue di noi, è più aggiornato di noi, risponde in tempo reale, gratis, 24 ore al giorno, non ha liste d'attesa, non si ammala, non è mai stanco, non si arrabbia e non va neppure in vacanza. Fantastico, il medico ideale!

Eppure di fronte a un problema alla pelle il paziente si reca ancora da noi e non si affida completamente al fai da te online. È anche per gli aspetti umani e relazionali della medicina che oggi il paziente si reca ancora dal medico.

Viene da noi per escludere o avere conferma di quanto già ricercato su Internet, perché per potersi fidare ha bisogno di vedere, toccare da vicino e ascoltare ciò che diciamo e soprattutto come lo diciamo, dalla pacca sulla spalla alla parola di conforto.

E noi cosa facciamo in cambio? Risparmiamo proprio sulla qualità della relazione. Stiamo dimenticando gli aspetti umani e relazionali della medicina rimpiazzandoli con linee guida standardizzate sul sintomo e che trasformano noi medici in rigidi calcolatori.

Al posto di un vero e proprio manuale scientifico, ho preferito pubblicare il mio diario personale, così da dare più spazio al lato umano della professione medica,

fatta innanzitutto di persone e non soltanto di farmaci, esami, macchinari, protocolli, statistiche e linee guida.

Malgrado questa sia un'opera narrativa, destinata quindi a un pubblico non necessariamente medico, dovrò utilizzare, soprattutto nei primi capitoli, un po' di dialetto "medichese", non sempre facile da comprendere.

Questi miei scritti, lungi dal volersi sostituire a un approccio diretto con il proprio medico, veicolano unicamente un messaggio di tipo narrativo, in parte ispirato dalle mie osservazioni nei tanti anni trascorsi ad "ascoltare" la pelle, secondo scienza, coscienza, tatto, spirito critico, e soprattutto buon senso.

Il lettore interessato a uno specifico argomento avrà sempre come riferimento il proprio medico, in modo da poter usufruire di informazioni scientifiche molto più aggiornate, personalizzate e attendibili rispetto a quelle contenute in qualsiasi guida cartacea o digitale, poiché basate su una vera e propria visita medica.

Sempre più siti web e forum di dermatologia e venereologia trattano oggi, in maniera estensiva ed esaustiva, la maggior parte delle problematiche dermatologiche e veneree, ma il punto di riferimento per una vera e propria diagnosi e un eventuale trattamento medico o chirurgico attendibile resterà sempre il proprio medico.

Nei prossimi anni, con la graduale migrazione al cosiddetto web 4.0, assisteremo alla nascita di nuovi motori di risposta automatica (answer engine), veri e propri assistenti virtuali, in grado di fornire gratuitamente e in tempo reale indicazioni personalizzate agli utenti, in base alle proprie esigenze, con l'auspicio di poter ulteriormente rafforzare il prezioso e insostituibile rapporto medico-paziente.

Qualche anno fa ho realizzato, con il progetto DermoBOT 4.0, un prototipo di motore di risposta automatica in dermatologia, premiato a Roma nel 2011 con l'eContent Award.

Le nozioni tecniche presenti in questo mio diario sono riportate dalla maggior parte dei libri di testo che trattano l'argomento, mentre altre non hanno alcuna validità scientifica, in quanto frutto di semplici osservazioni personali, da considerare al massimo come proposta operativa, per discuterne insieme e magari ricavarci qualche elemento utile, nella nostra eterna rincorsa a migliorarci.

Di fronte a concetti nuovi, serve a poco credere o non credere, occorre sempre verificare, qualsiasi sia la fonte, evitando così di dare per scontato ciò che appare ovvio, e di scartare con pregiudizio concetti nuovi e ancor privi di fonti bibliografiche.

In quanto organo facilmente accessibile, la pelle rappresenta un osservatorio privilegiato per comprendere, nella persona che abbiamo di fronte, quelle esperienze interiori che in qualche modo hanno influenzato il suo comportamento biologico e sociale.

La pelle è l'interfaccia tra noi e il mondo e, analogamente al rivestimento esterno di ogni singola cellula, diventa una finestra attraverso la quale poter sbirciare in un microcosmo tuttora ancora poco esplorato. Per potervi accedere servono nuovi occhi e non nuovi strumenti.

Questa nostra breve avventura attraverso la pelle è soltanto una piccola tappa del lungo viaggio attraverso il senso profondo della vita.

La connessione mente-corpo è nota da sempre in medicina, ma prima di iniziare la lettura del libro vorrei subito precisare una cosa.

Non possiamo ricondurre le risposte elementari della pelle unicamente alla nostra componente emozionale. Infatti quando parlo di reazioni difensive e riflesse nei confronti delle turbolenze ambientali non mi riferisco unicamente al nostro vissuto emozionale. Questo è un concetto importante, per scongiurare facili riduzionismi.

È vero che le risposte elementari della pelle (per esempio eritema, papule, pustole) sono automatismi coordinati dal nostro apparato neurovegetativo (cervello emozionale, sistema nervoso autonomo cutaneo), ma è anche vero che sviluppiamo risposte riflesse quotidiane di fronte a svariate perturbazioni ambientali che non vengono affatto vissute a livello emotivo. L'esempio più classico è l'eritema che si verifica a contatto con una sostanza chimica, o dopo un'eccessiva esposizione al vento o al sole.

Anche in questi casi viene superata una soglia di adattabilità del corpo, con attivazione riflessa e involontaria dei nostri meccanismi difensivi innati.

Le risposte cutanee alle turbolenze di natura chimica e fisica sono ampiamente riportate nella maggior parte dei manuali di dermatologia.

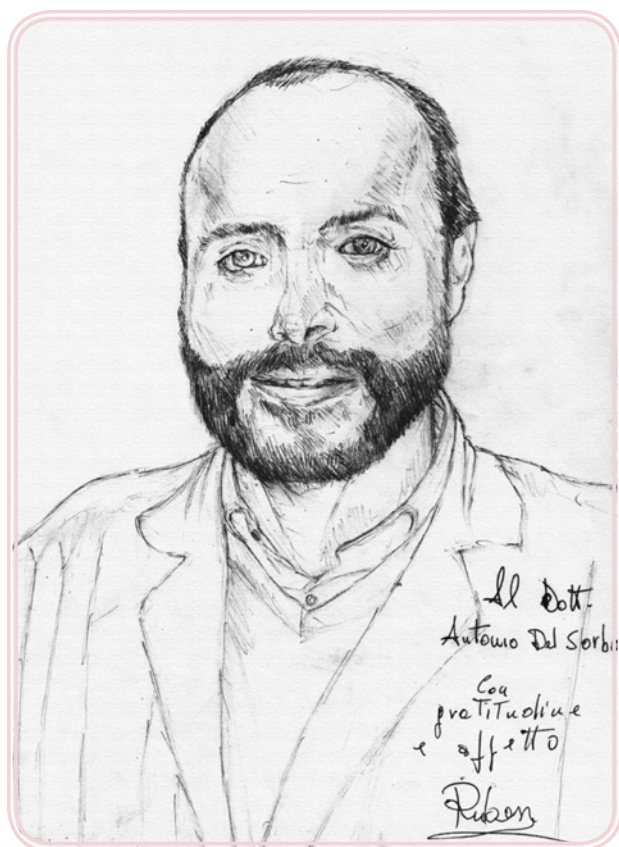
In questo libro ci soffermeremo soprattutto su quelle risposte cutanee comparse in seguito a importanti cambiamenti, avvenuti o percepiti all'interno dell'ambiente sociale e relazionale dei miei interlocutori. Quanti messaggi ho visto trapelare attraverso la pelle: abbandoni, tradimenti, aggressioni, contatti indesiderati, lutti non elaborati e separazioni ingiuste. Quanta sofferenza esibita in maniera inconsapevole e silenziosa, sotto forma di prurito, macchie, squame e papule. Spero che questo mio diario possa essere di tuo gradimento, con l'augurio di poterlo nel tempo migliorare, anche grazie ai tuoi preziosi suggerimenti, per me occasione di stimolo, di confronto costruttivo e di continua crescita personale e professionale. Per eventuali suggerimenti, dubbi o altre informazioni su qualche argomento poco chiaro, potrai eventualmente contattarmi tramite l'indirizzo di posta elettronica info@ildermatologorisponde.it

Questo libro non è destinato ai medici né tanto meno ai pazienti, ma a chiunque di noi sia disposto ad avventurarsi in un itinerario insolito e non privo di sorprese. Andrebbe letto come passatempo filosofico, un viaggio che parte da ciò che appare in

ASCOLTANDO LA PELLE

superficie per ricondurci tra i cassetti della nostra memoria emozionale, sede di quei ricordi che credevamo perduti, e che invece sono sempre con noi anche quando rimossi. Al ritorno da qualsiasi viaggio possiamo tornare indifferenti, insoddisfatti oppure arricchiti rispetto alla partenza. Concludo questa introduzione con una bellissima frase dello scrittore Joseph Conrad: «Si scrive soltanto una metà del libro, dell'altra metà si deve occupare il lettore». Ti auguro, fin da ora, un buon viaggio attraverso la pelle, tra i suoi numerosi annessi e connessi.

ANTONIO DEL SORBO



Omaggio di un giovane grande artista dalle mani d'oro. Grazie, Ruben!

ANTONIO DEL SORBO ASCOLTANDO LA PELLE

SCOPRI LE FERITE INVISIBILI DELL'ESSERE UMANO

**ORTICARIA, DERMATITE DA CONTATTO, PSORIASI, ACNE,
SUDORAZIONE, ERITEMI: QUANTI MESSAGGI CI INVIA
IL NOSTRO CORPO ATTRAVERSO LA PELLE!**

Abbandoni, tradimenti, aggressioni, contatti indesiderati, lutti non elaborati e separazioni ingiuste: **quanta sofferenza espressa in maniera inconsapevole e silenziosa sotto forma di prurito, macchie, squame e papule.** Cosa accade oltre la superficie cutanea? Perché in determinati momenti della nostra vita la pelle reagisce con fastidiose eruzioni? Perché non si erano mai presentate prima, e soprattutto, perché a volte si ripresentano malgrado le terapie appropriate?

Antonio Del Sorbo ci conduce lungo un itinerario insolito e non affatto privo di sorprese. Un viaggio che parte da ciò che appare in superficie per ricondurci tra i cassetti della nostra memoria emozionale.

Leggendo queste pagine puoi:

- esplorare le strutture microscopiche della pelle e del suo microbioma;
- capire gli effetti delle emozioni sui miliardi di recettori cutanei;
- comprendere le manifestazioni cutanee dal punto di vista psicosomatico;
- apprendere come la pelle reagisce ai cambiamenti ambientali e relazionali;
- comprendere l'importanza della relazione medico-paziente;
- conoscere le storie ispirate a persone che hanno visto apparire o rientrare manifestazioni cutanee in seguito a determinate svolte di vita.



ANTONIO DEL SORBO, medico chirurgo, specialista in dermatologia e venerologia, e dottore di ricerca in dermatologia sperimentale. Coautore di una collana di atlanti di dermatologia e di pubblicazioni scientifiche su riviste nazionali e internazionali. Svolge la professione di dermatologo a Salerno.

ISBN: 978-8893198646



9 788893 198646

€ 24,50

GRUPPO MACRO

BENESSERE E CONOSCENZA DAL 1987

www.gruppomacro.com