



# La pelle specchio dell'anima

## La cute come organo di relazione

a cura del  
**dr. Antonio Del Sorbo**, dermatologo

### **La pelle è spesso considerata un semplice organo di superficie, quasi come se fosse scollegata da tutto il resto.**

Se osservata da molto vicino, essa ci appare compatta e ci dà quasi l'idea di un muro: la cosiddetta barriera cutanea. Se proviamo a osservarla in un contesto più ampio, la pelle è molto di più che un semplice contenitore: non solo è ben collegata con il resto del corpo, ma è anche un importante organo di senso, di relazione.

Certo, siamo fatti di materia, ma viviamo anche di elementi immateriali: sentimenti, sensazioni, emozioni. Le cose importanti che facciamo ogni giorno non le vediamo né le possiamo spiegare con formule chimiche. I motori che alimentano le nostre giornate, come una vera amicizia, un sorriso autentico o l'amore per i nostri figli, li viviamo ogni istante sulla nostra pelle, pur non potendoli sempre spiegare in termini scientifici.

Con una formula possiamo calcolare il tempo che impiega una mela a cadere da un albero.

Per sapere invece chi o cosa ha messo quella mela sull'albero, non basta più la matematica e nemmeno la biologia.

Dovremmo scomodare anche altri comparti del sapere, a metà strada tra arte e scienza, sacro e profano, visibile e invisibile, umano e divino.

Esiste un profondo legame tra le emozioni che viviamo e alcune risposte biologiche visibili sulla superficie cutanea e questo lo possiamo osservare già nella vita di tutti i giorni.

Basta una battuta imbarazzante e arrossiamo (vasodilatazione) o uno spavento improvviso e "sbianchiamo" dalla paura (vasocostrizione).

Ascoltiamo qualche vecchia canzone della nostra gioventù e ci vien la pelle d'oca (piloerezione). Persino il prurito è influenzato dalle nostre emozioni. Mi capita spesso osservare i miei interlo-

cutori grattarsi, appena pronuncio la parola "scabbia". Una sola e semplice parola e scatena il riflesso del prurito. Immaginate cosa può accadere di fronte alle grandi turbolenze della vita.

La pelle risponde alle sollecitazioni ambientali (chimiche, fisiche, relazionali) con un numero finito di risposte biologiche riflesse, che sono le lettere del suo alfabeto e combinate tra loro danno luogo alle tante etichette diagnostiche che nel corso della Storia abbiamo imparato a chiamare psoriasi, afte, vitiligine.

La prima parola che ci viene in mente quando parliamo di legame mente-corpo è il termine "stress", un termine corretto ma forse un po' troppo generico, anche perché dalla mattina alla sera siamo tutti più o meno sotto stress, eppure non sviluppiamo manifestazioni cutanee, tranne che in situazioni davvero eccezionali.

Se lo stress di tutti i giorni, tra casa, scuola, lavoro, fosse realmente la causa delle problematiche cutanee, ne saremmo affetti tutti, nessuno escluso.

Ma un conto è la vita frenetica di tutti i giorni alla quale piano piano riusciamo ad adattarci e ben altra cosa sono quegli imprevisti dirompenti della nostra vita (per esempio un lutto, una separazione, un licenziamento) in grado di mobilitare fiumi di citochine, neuroormoni, neurotrasmettitori e altre molecole dell'emergenza (per esempio cortisolo, adrenalina, noradrenalina), sostanze attive su quegli organi che possiedono i recettori per tali molecole.

### **E la pelle possiede miliardi di questi recettori che la rendono un organo neuroendocrino sensibile alle nostre emozioni.**

L'epidermide è considerato il tessuto del contatto e del distacco. Ma se ogni contatto lascia un'impronta, un distacco, soprattutto se vissuto come traumatico, può a volte lasciare ferite invisibili e talora persino cicatrici.