“L’INTESTINO QUESTO SCONOSCIUTO- viaggio all’interno del secondo cervello”

“L’INTESTINO QUESTO SCONOSCIUTO- viaggio all’interno del secondo cervello”, questo l’intrigante titolo della conferenza organizzata dal Soroptimist Club val di Noto, sabato 28 febbraio a Rosolini. A relazionare dinnanzi ad un folto pubblico, il dott. Salvo La Bruna, medico di medicina generale presso l’ASP di Catania che pratica da circa vent’anni la medicina naturale.
Il dott. La Bruna ha spiegato come l’intestino filtra, seleziona assorbe ed elimina quanto proviene dall’ingestione dei cibi, permettendo che ciò che è esterno al nostro corpo diventi parte di noi. E’ la sede dove riconosciamo e accettiamo oppure rifiutiamo il nutrimento, inteso non solo come cibo, ma anche come emozioni e sensazioni. L’intestino è secondo solo al cervello per numero di neuroni, circa 100 milioni, un decimo del totale presente nel corpo umano.
Il cervello raccoglie i dati, li elabora e a sua volta genera emozioni, ma è la “pancia” che le analizza, le rende corporee e le rispedisce metabolizzate al mittente. Il cervello intestinale appare quindi la sede in cui si svolge l’elaborazione dei contenuti psichici, dove la vita fisica si fonde con quella emotiva. Un cattivo funzionamento dell’intestino dunque, si ripercuote anche sulla psiche, tanto che è oramai appurato che malattie come la depressione e persino l’Alzheimer siano connesse ad un mal assorbimento dei nutrienti.
E’ dunque fondamentale una visione olistica del nostro corpo per arrivare a diagnosi più precise e soprattutto per trovare il rimedio giusto; i sintomi sono importantissimi campanelli d’allarme che non devono essere messi a tacere, ma al contrario, ascoltati e interpretati correttamente per comprenderne le cause.
Il dott. La Bruna ha concluso con il testamento più prezioso in campo medico, anche a distanza di migliaia di anni, che ci ha lasciato Ippocrate, il padre della medicina il quale affermava: *“Tutte le malattie hanno origine nell’intestino…fai che il cibo sia la tua medicina e la medicina il tuo cibo”*.