Colon e salute

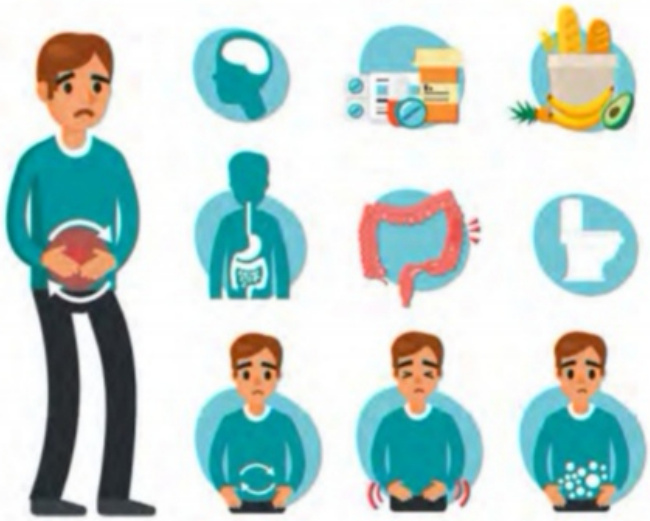
Dott. Marco Pirelli
Osteopata

Dott. Marco Pirelli

Il Colon è una parte fondamentale del nostro intestino per quanto riguarda i processi digestivi e di assimilazione, ma la sua importanza è legata soprattutto al suo ruolo di sentinella del nostro stato di salute.
I disturbi legati a questo tratto intestinale possono variare da un semplice gonfiore, a disturbi legati al transito (come nel caso della diarrea o della stipsi), stati infiammatori ma anche disturbi del sonno e disturbi generali come la stanchezza cronica.
Per un corretto funzionamento del colon è necessario che ci sia un equilibrio tra i processi di fermentazione (legati prevalentemente alle fibre e zuccheri) e quelli di putrefazione (legati alle proteine).
La particolare struttura del colon mette a disposizione una grande superficie per il contatto e quindi per lo scambio con gli alimenti che arrivano dalle vie digestive superiori.

Questa caratteristica permette di elaborare ulteriormente le sostanze ingerite, neutralizzando quelle tossiche rendendole disponibili per l'eliminazione e assimilando quelle nutrienti per le proprie cellule e per l'intero organismo.
Tutto questo avviene correttamente se lo stato di salute dell'individuo è ottimale. In caso contrario, è proprio il colon a dare i primi segni di alterazione funzionale, in quanto questo meccanismo fisiologico verrà perturbato.

Siamo soliti pensare che l'unica cosa da tenere in considerazione nel caso di disturbi del colon sia la dieta.



Un'alimentazione corretta sicuramente pone le basi per un buon funzionamento di tutto l'intestino, ma non possiamo sottovalutare i meccanismi fisiologici che stanno alla base di quello che oggi viene definito un secondo cervello.
L'attività intestinale si modifica in base al nostro livello di benessere psicofisico, in quanto è proprio il nostro intestino a disporre delle sostanze che vengono richieste dal nostro cervello e dal nostro sistema nervoso per far fronte alle necessità di adattamento quotidiane.
Per questo motivo in un periodo di stress psicofisico, dove l'individuo fatica di più del normale e non riesce a recuperare tutte le energie di cui avrebbe bisogno, il cervello mette in atto dei meccanismi di richiesta, atte a far sì che il colon modifichi la sua perfusione, rendendo disponibile quelle sostanze necessarie per andare avanti.
Se poi oltre a questa condizione di stress psicofisico aggiungiamo anche uno stress alimentare causato da un'alimentazione squilibrata per apporto fibre/carboidrati/proteine e per qualità dell'alimento stesso, sarà tutto il corpo a risentirne attraverso l'instaurarsi di adattamenti, che a catena porteranno a problematiche apparentemente lontane e non riconducibili a questa causa.
Potrebbero insorgere stati infiammatori che possono riguardare l'apparato muscolo scheletrico, stati di stanchezza cronica, stati di agitazione, disturbi del sonno, mal di testa e altri sintomi riconducibili a questa condizione.
L'Osteopatia e nel caso specifico il trattamento Somato Emozionale, **ha come obiettivo quello di ripristinare un corretto funzionamento del colon attraverso la sua integrazione con gli altri sistemi del corpo.** Abbiamo infatti visto come non si può prescindere dall'idea di unità e interazione tra i vari apparati.
Attraverso il suo intervento, l'Osteopata è in grado di stimolare manualmente le varie parti del corpo. Le informazioni date a livello neurologico, vascolare, viscerale e muscolo scheletrico, vengono integrate dal corpo, determinando una risposta immediata e producendo una modificazione del funzionamento a livello tissutale e metabolico, quindi energetico della persona. Il trattamento avrà il suo effetto anche a distanza di settimane, il tempo necessario affinché ci sia una risposta adeguata dell'intero organismo ed è questo il motivo per cui il trattamento Osteopatico somato-emozionale ha una cadenza mensile.
Nel caso specifico tutto questo si tradurrà in un ripristino del corretto funzionamento del colon e della remissione dei disturbi legati ad esso.