

Massaggio bioenergetico dolce: effetto sulla frequenza cardiaca in un caso di ischemia midollare.

Lucia Di Francesco, PhD

Il massaggio bioenergetico dolce in due mesi di trattamento è risultato abbassare significativamente la frequenza cardiaca e supportare un miglioramento complessivo della vitalità della persona mielolesa.

Parole chiavi: mieloleso, bioenergetica, massaggio, Eva Reich

INTRODUZIONE

L'intervallo di normalità della frequenza cardiaca è di 60-80 battiti/minuto, sebbene nei soggetti sedentari possa presentare valori superiori agli 80 battiti al minuto.

Situazioni di vita stressanti, quando diventano croniche possono determinare delle disfunzioni fisiologiche e psicologiche come l'aumento della pressione cardiaca, l'indebolimento del sistema immunitario, la depressione.

L'effetto di un ipertono simpatico può portare inoltre la frequenza cardiaca, a riposo, ad aumentare fino a 85-90 battiti al minuto e oltre (1).

L'attivazione, attraverso il massaggio, del sistema nervoso parasimpatico facilita il ritorno all'omeostasi il ristabilirsi di una frequenza cardiaca fisiologica e di una respirazione lenta, attraverso un complessivo rilassamento (2).

Il massaggio bioenergetico dolce messo a punto da Eva Reich deriva dalla vegetoterapia. Si basa sul principio del "minimo stimolo". Tocchi leggeri come "le ali di una farfalla" fanno fluire l'energia attraverso i blocchi muscolari, verso la periferia e arrivano molto in profondità,

Una ricerca effettuata dal professor H. Olausson del Dipartimento di Neurofisiologia Clinica dell'Ospedale Universitario di Sahlgrenska (Svezia) dimostra infatti come le fibre nervose non mielinate reagiscano al "tocco gentile" e al lento accarezzamento stimolando il sistema limbico responsabile delle risposte emotive, ormonali e comportamentali del contatto tra individui (3).

I collegamenti energetici ristabiliti agiscono sulle perturbazioni di ordine trofico, energetico, respiratorio e circolatorio appartenenti al sistema vegetativo e instaurano una corretta pulsazione del cuore, del respiro, dell'intestino, del "ritmo" di tutto l'organismo.

L'esperienza sensoriale appare "nutrire" emotivamente il paziente, che recupera una visione unitaria del Sè (4), mette in moto il sistema limbico e avvia la connessione ciclica fra il sistema endocrino e quello immunitario,(5) (vengono prodotte endorfine) creando le condizioni per uno stato ottimale di autoregolazione della salute fisica ed emotiva (6).

CASE REPORT

Lo studio si è svolto presso l'U.O. Medullesi del Centro Traumatologico Ortopedico (C.T.O.) di Milano grazie a un progetto in collaborazione con l'Associazione Paraplegici Lombardia (<http://www.apl-onlus.it>).

Una donna di 50 anni con una diagnosi di ischemia midollare, comparsa a marzo 2010, in seguito a un dolore interscapolare che si estendeva all'emicostato sinistro a livello del dermatomero D5-D6, ricoverata per accertamenti, presentava

un'alterazione midollare anteromediana sinistra a livello di D8 e un'altra più modesta in sede anteriore mediana fino a D4. Non evocabili le risposte corticali motorie agli arti inferiori e ipoestesia e ipostenia fino a livello sottocostale.. Sottoposta a visita reumatologica veniva diagnosticata una sindrome primaria da anticorpi antifosfolipidi.

Trasferita presso il Centro Traumatologico Ortopedico (C.T.O.) di Milano per il proseguimento del trattamento riabilitativo ed ergoterapico mostrava difficoltà e rinuncia nel compiere quelle attività, che consentono il soddisfacimento di bisogni fisiologici e di sicurezza, fondamentali della persona per acquistare autonomia.

Il massaggio bioenergetico dolce introdotto dopo sei mesi dall'episodio critico, è stato proposto per favorire il recupero di un'apertura e della fiducia verso gli altri, un dialogo migliore con il proprio corpo, recuperando i confini del proprio Sè, riconoscendo il proprio sentire e migliorando l'autostima. Inoltre ci siamo riproposti di valutare i suoi effetti sulla pressione e la frequenza cardiaca.

METODO

Il massaggio di Eva Reich messo a punto negli anni' 40 sui prematuri, consiste in un tocco molto leggero con sfioramenti e piccoli movimenti rotatori e vibrazionali delle dita lungo tutto il corpo dall'alto verso il basso dal centro verso la periferia.

Il massaggio completo è sempre preceduto da due incontri durante i quali il degente prende confidenza con lo "stare" con le sensazioni del corpo.

Nell'arco di circa due mesi la persona ha usufruito del massaggio bioenergetico per 7 incontri della durata di mezz'ora, durante i quali è stata misurata la pressione arteriosa e la frequenza cardiaca prima e dopo il trattamento. (7)

In funzione della condizione particolare della persona mielolesa, le parti del corpo insensibili, che venivano trattate durante il massaggio, sono state nominate verbalmente dall'operatore, invitando la persona a visualizzarle.

RISULTATI

Effetti psichici:

Insieme ad un miglioramento dello stato depressivo è stato possibile rilevare una rinnovata disponibilità della persona a rendersi autonoma nell'apprendimento delle attività di base per lo svolgimento di funzioni biologiche primarie. Inoltre la ripresa del trattamento riabilitativo ha confermato il recupero di una nuova fiducia in sé stessa e nel mondo.

Effetti fisici:

Il prevalere dell'attività del sistema parasimpatico è stata osservata nel significativo abbassamento della frequenza cardiaca $p=0,00025$ ($p<0.05$ test t-student) che dopo il trattamento risultava diminuita del 12%, passando da una media del 92,6 a 81,6 battiti/min. Mentre i valori pressori non indicavano significative differenze.

Il potenziamento di sensazioni di benessere e piacere ha coinciso anche con la scomparsa temporanea, dopo il primo incontro, delle contrazioni addominali spastiche, frequenti in queste condizioni.

Il massaggio ha accompagnato la degente nell'ascolto e nella riscoperta delle sensazioni del suo corpo, che si manifestavano attraverso piccole fitte e "pizzichi" che dal bacino e dall'intestino si estendevano lungo la gamba destra fino al piede. Veniva dichiarato inoltre il recupero di una certa sensibilità al tatto nel fianco destro, e la percezione dello sfintere anale.

CONCLUSIONE

Dopo un programma di 9 incontri il massaggio bioenergetico dolce è risultato un utile strumento nel processo terapeutico-riabilitativo, per il recupero psico-fisico della persona mielolesa. Interessante risulta il trend verso l'abbassamento della frequenza cardiaca e il miglioramento dei parametri di qualità della degenza e di vitalità. Per vedere però confermati questi risultati servono studi che coprano un campione più ampio e trattamenti più lunghi.

RIFERIMENTI BIBLIOGRAFICI

- (1) Tendera M, *Heart rate reduction to treatment of stable angina*. Eur Heart J 2005, 7: H3-6.
- (2) Albert Moraska, Robin A. Pollini, Karen Boulanger, Marissa Z. Brooks and Lesley Teitlebaum, *Physiological Adjustments to Stress Measures Following Massage Therapy: A Review of the Literature*, eCAM 2010 7(4):409-418 disponibile su:
<http://ecam.oxfordjournals.org/cgi/content/full/7/4/409>
- (3) H. Olausson et al. *Unmyelinated tactile afferents signal touch and project to insular cortex*, Nature Neuroscience 5, 900 - 904 (2002) disponibile su: <http://www.nature.com/neuro/journal/v5/n9/full/nn896.html>
- (4) Didier Anzieu, *L'To-pelle*, Borla 2005
- (5) Pert C., *Molecole di emozioni*, Red Edizioni 2000
- (6) Eva Reich, Eszter Zornanszky, *Bioenergetica Dolce*, Tecniche Nuove 2006
- (7) Lucia Di Francesco, *Il massaggio bioenergetico dolce di Eva Reich sui pazienti mielolesi* (2010) disponibile su:
http://www.evareichmilano.it/articoli_e_bibliografia.html

Ringrazio Giovanna Baccillieri e tutto il reparto Medullosesi del C.T.O. per la collaborazione e la comprensione