



UNIVERSITY
HEALTH SCIENCE

Scuola internazionale di igienismo naturale e scienza della salute

PSORIASI

Una forte esperienza di guarigione
attraverso l'approccio Igienista

Daniele Tomasello

Fiorenza Guarino

Questa monografia prende vita da una testimonianza di Daniele Tomasello, studente della Health Science University 2020. Una testimonianza viva, forte, toccante e autentica. La testimonianza di Daniele è documentata anche da foto che dimostrano passo passo le sue parole fino ad arrivare alla sua totale guarigione.

Lo stile di vita igienista e la filosofia di vita che lo accompagna sono stati per Daniele la Grande Via che gli ha permesso di riprendersi la sua vita e le mille attività ad essa collegate.

Ci auguriamo che questa monografia possa essere d'aiuto a tutti coloro che stanno vivendo questa esperienza e che gli strumenti che Daniele ha utilizzato possano essere per tutti la via di completa guarigione. Intendiamo riportarvi il contatto di Daniele Tomasello in apertura di questo scritto affinché possiate consultarlo per ricevere i suoi consigli direttamente: daniele.tomasello@icloud.com

La monografia prosegue con molti approfondimenti su questa patologia, indagando anche gli aspetti relativi alla sfera psichica emozionale, per concludersi con una sezione pratica e un vademecum sui diritti di coloro che sono affetti dalle forme più gravi della malattia.

Vi auguriamo che il vostro corpo recuperi presto la propria forza, la propria energia vitale e la sua innata capacità di guarigione e confidiamo che questo breve documento capiti nelle vostre mani nel momento migliore per avviarvi verso una nuova vita, non solo per la guarigione ma per lo sguardo con cui vivrete le vostre nuove giornate.

Fiorenza Guarino

Una lunga storia durata 20 anni

Mi chiamo Tomasello Daniele, vivo in Sicilia, ed ho 43 anni.

All'età di 23 anni ho iniziato a soffrire di psoriasi, prima ai gomiti ed alle ginocchia, per poi passare nelle parti genitali, nelle ascelle, nelle gambe, caviglie, piedi, natiche, e soprattutto sul capo, creando una forfora artificiale vergognosa.

Con il passare del tempo le dita della mano iniziavano a curvarsi verso l'interno e l'unghia delle dita della mano iniziavano a contorcersi. Ero affetto nella pelle e nelle ossa, con artrite psoriasica.

Quando mi svegliavo, al mattino, trovavo le lenzuola sporche di sangue, per via delle croste molto spesse delle articolazioni e per il continuo prurito irresistibile che mi portava a lacerare della pelle.

Devo anche dire che tutto questo ha avuto inizio dopo che ho perso mia madre per via del cancro. A peggiorare le cose c'è da dire che in quel periodo vivevo a Londra e la mia alimentazione

era concentrata su pollo fritto, patatine fritte, alcol, sigarette, etc. etc.

Il mio sistema immunitario era completamente devastato. In realtà non so neppure io, a mente serena, come i miei organi, per anni, hanno potuto sopportare tutto ciò.

E' in Inghilterra che sono iniziati i ricoveri in ospedale e tutta una serie di analisi che non mi avrebbero più abbandonato per lunga parte della mia vita.

Ricordo che il dottore che mi visitò la prima volta mi fece un quadro drammatico della psoriasi, dicendomi che era una malattia cronica recidiva e che non c'era una vera cura, che non avrei dovuto stressarmi perché altrimenti sarebbe andato sempre peggio. Forse allora mi sembrava davvero esagerato ma poi, nella realtà, tutto è andato sempre peggio. La mia sofferenza è aumentata in modo esponenziale: soffrivo molto anche emotivamente, per la vergogna, quelle squallide macchie visibili ovunque, soprattutto sul dorso delle mani e nell'unghia mi spingevano a nascondermi, a sentirmi come credo si senta un lebbroso.

Il ritorno in Italia

Anni dopo sono tornato in Italia e mi rivolsi subito ad un centro psocare (strutture di riferimento e centri di cura dove alle persone affette da psoriasi medio-grave vengono erogate le terapie con i farmaci biologici). Al policlinico di Messina c'era un centro psocare e lì ho trovato dei tirocinanti molto disponibili e gentili che mi hanno fatto sentire a mio agio. E pur nel dramma questo era molto importante per me, in quel momento. Ho iniziato subito una cura, se così si può dire, a base di ormoni di criceti incinta, il nome del farmaco è L'enbrel.

Dopo 16 settimane tutte le macchie erano quai del tutto scomparse. Ho continuato ad assumere i farmaci biologici per tantissimi anni, cambiando diverse volte il tipo di farmaco biologico perché dopo un po' questi farmaci diventavano inefficaci.

Ogni volta che il farmaco terminava o io lo terminavo perché non approvvigionavo per tempo ecco che le macchie iniziavano a spuntare alla velocità della luce, seguite da dolori articolari.

Nel 2019, a giugno, ho fatto l'ultima puntura di Secukinumab stelara, un farmaco della Novartis. In quel giugno 2019 ho tentato, **per la sesta volta**, di non assumere più farmaci. Volevo tentare di risolvere il problema con l'alimentazione e la pazienza.

I farmaci biologici sopprimono l'infiammazione, che in realtà è il tentativo messo in atto dal sistema immunitario per creare una guarigione e recuperare le riserve di qui ha bisogno.

Questo lo so bene adesso, ma quando soffri atrocemente, quando il tuo corpo è pieno di squame e dolori articolari, vuoi solo qualcosa che ti faccia respirare, che ti faccia stare meglio subito, che ti tolga il dolore e la bruttura che ti hanno colpito senza appello. Non puoi avere pazienza. Non puoi aspettare. Non puoi anche se la ragione, la volontà, la dignità vorrebbero.

Anni prima mia sorella mi dice "prova la macrobiotica, dicono che questo tipo di alimentazione sia di grande aiuto" E io per sei mesi ho provato la dieta macrobiotica, con metodo, senza sgarri, credendoci. Ma il risultato è stato un ritorno ai farmaci.

Poi ho provato a seguire le regole alimentari del dott.

JohnPagano, tratto dal famoso libro "Guarire la psoriasi" ma il risultato non è cambiato.

A giugno del 2019, con nuova determinazione e forse anche con maggiori consapevolezza, ho iniziato una dieta senza glutine ma senza eliminare carne o pesce, che mangiavo ogni santo giorno.

Dopo quasi tre mesi e mezzo la mia psoriasi, accompagnata all'attori psoriasica, stava scoppiando come un vulcano in eruzione. Ero veramente disperato.

Il solo pensiero di ritornare ai farmaci e dichiararmi sconfitto per l'ennesima volta era veramente deprimente.

Nel frattempo, per poter vivere e muovermi, anche se sempre in maniera molto limitata, ero schiavo di unguenti a base di cortisoni e calcipotriolo monodrato, betametasone, e chi più ne ha più ne metta. Forse è anche giusto far presente che tutti questi farmaci sono

costosissimi per il servizio sanitario pubblico. E' stato valutato che una persona psoriasica che fa uso di farmaci biologici, costa allo stato circa 6000 euro al mese.

I primi di ottobre la situazione era diventata insostenibile: la mia caviglia destra, oltre ad essere di un rosso fuoco, era diventata così gonfia che non potevo indossare più le scarpe. Mia moglie mi pregava di riprendere i farmaci e ritornare al centro psocare del policlinico di Messina. Ero in uno stato pietoso.







Vent'anni dopo

Proprio in quei giorni, per caso, ho visto sulla rete un'esperienza di guarigione da psoriasi. Era la testimonianza di una signora che ne soffriva solo sulle mani, anche se in maniera piuttosto violenta. Questa lettera era indirizzata ad un certo Valdo Vaccaro e nella sua testimonianza raccontava di aver risolto la sua psoriasi in un paio di settimane, attraverso l'assunzione di cibo vegetale soprattutto non cotto.

Sembrava la solita bufala, non facile da credere.. ma il modo semplice e ingenuo con cui lei ha descritto la sua esperienza ha fatto nascere in me una fiducia innata verso questo stile di vita ed una fiducia spontanea verso questo signore che si chiamava Valdo Vaccaro.

È stata come una magia.

Il 13 ottobre, me lo ricordo bene, mi sono catapultato nella dieta vegana crudista. Così, dall'oggi al domani. In maniera maniacale. Cercando di raggiungere la perfezione.

Dopo la prima settimana di dieta esclusivamente crudista e di succhi centrifugati freschi, ho iniziato ad avvertire un'intossicazione intestinale.

Ad un tratto stavo malissimo. Provavo un senso di nausea, vomito e disgusto al solo pensiero di vegetali e centrifughe!!!

L'appetito era completamente scomparso.

Ho capito che dovevo digiunare.

Dalle 17.00 di quello stesso giorno non ho assunto più niente. Il giorno dopo è stato devastante, con un'improvvisa febbre a 39° che mi ha accompagnato per quasi due giorni.

Non avevo mai provato a digiunare in tutta la mia vita. Stavo malissimo e il tempo non passava mai.

Al terzo giorno di digiuno, un miracolo. Stavo benissimo, ero completamente rifiorito, ed era tornato l'appetito.

È inutile dire che in quei tre giorni sia mia moglie che i miei familiari hanno pensato che volessi suicidarmi e volevano portarmi in ospedale con la forza.

Da un'alimentazione crudista al digiuno

Ho eseguito tre cicli di digiuno: uno per il mese di ottobre, uno per il mese di novembre, ed uno per il mese di dicembre. Ho sempre iniziato l'astinenza dal cibo in maniera naturale, il corpo stesso mi comunicava quando era ora di astenersi. Io semplicemente obbedivo.

Durante questi mesi ho letto i libri di Valdo: "Alimentazione naturale" sia il primo, che il secondo volume, "Storia dell'igienismo" e "Dizionario di salute naturale". Poi ho letto Shelton, Theodore Barody. Ho letto anche Rocco Palmisano ma non condivido molte cose: manie di commercializzazione, apparecchi, gocchine miracolose alcalinizzanti e integratori alimentari come se fossero cosa indispensabile.

Poi sempre tutto avviene per farci crescere. Infatti Palmisano mi ha aiutato a capire che non mi "bevevo più tutto quello che gli altri raccontavano" ma che avevo iniziato a ragionare da persona libera. Infatti davanti alle sue affermazioni mi chiedevo "ma con tutta l'acqua biologica, enzimatica, ionizzata, alcalinizzata, elettrolizzata che posso avere dalle arance o da pompelmi o da ananas o da mele o da 1000 altri tipi di frutta e da tutti i vegetali crudi che mangio, perché dovrei mai preoccuparmi dell'acqua? ,

perché scrivere tutti questi libri e parlare di alcalinizzare l'acqua?
E' come se pretendessimo di essere più bravi della natura stessa"







La lettura, mi ha dato e mi dà una grande mano perché attraverso la lettura si può veramente realizzare il meglio di noi stessi, si può crescere e accrescere l'intelletto ma anche le qualità mentali e spirituali. La lettura ci spinge a riflettere e, pensiero dopo pensiero, condurci al centro di noi stessi. La lettura ci aiuta anche a capire ciò che la scienza, indiscutibilmente, ci mette di fronte, il tutto sempre filtrato dal buon senso.

Per Aspera ad Astra

Dal mese di dicembre ho iniziato ad introdurre dopo l'insalata principale, una fetta di pane di grano saraceno abbrustolita e qualche vegetale cotto leggermente a vapore. La patata dolce è uno dei miei cibi preferiti... ma la mia linea guida resta fatta di ortaggi crudi, tantissima frutta, e centrifughe, tutto ciò seguendo, senza deroghe, i tre cicli circadiani.

Oggi ringrazio la psoriasi per avermi fatto incontrare l'igienismo e per avermi portato in un grado evolutivo superiore rispetto a ciò che ero.

In questi tre mesi ho avuto la possibilità di vedere con i miei occhi cosa succede nei macelli e di come io stesso ho alimentato una mattanza verso creature innocenti.

Personalmente oggi penso che tutto il sistema globale sia al collasso per causa di tutte queste carneficine. E' tutto connesso. Mi sono sentito in colpa per tutto ciò che accade nei macelli. Ma non avevo mai realizzato!!!!!! Ho vissuto nell'ignoranza!!!!!!

Oggi però ho realizzato! e non potrei mai più cadere nella stessa trappola.

Mentre scrivo siamo solo al 13 gennaio, a soli tre mesi dal mio inizio. Ho smesso di usare qualsiasi tipo di farmaco e di integratore, ho smesso di applicare creme ed unguenti sulle macchie perché non ci sono più, ho smesso di usare deodoranti.





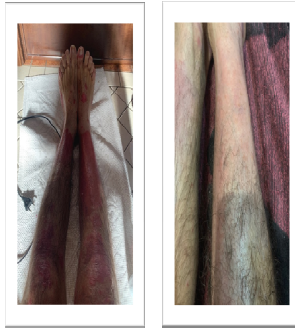




Il presente

Un classico.....

Prima e Dopo



Mi sento benissimo, pieno di energia e felice.

Non mi sento più dipendente da niente.

Non sono più schiavo di laboratori analisi, ospedali, e farmaci.

Tutto ciò che accade dentro di noi ha un potere superiore.

Vivendo nel completo rispetto della natura ci evolviamo ad altro.

Auguro a tutte le persone, con patologi, o meno, un felice risveglio...

Daniele Tomasello

Approfondimento sulla Psoriasi dal blog di Valdo Vaccaro

Cos'è La Psoriasi?

La psoriasi è una patologia non contagiosa della pelle che colpisce il 2% della popolazione mondiale senza distinzioni di sesso e di età. Si tratta di una infiammazione cronica e recidivante, non contagiosa e non infettiva, caratterizzata dalla formazione di cumuli e strati cornei o chiazze circoscritte, a fondo rossastro (epidermide infiammata) e ricoperte di squame o scaglie biancastre. Essendo ribelle alla guarigione, deprime e scoraggia il sofferente che tende così ad innervosirsi perdendo la pazienza e peggiorando la situazione.

Le cellule epiteliali che ricoprono il corpo internamente ed esternamente, e quindi anche le cellule della pelle, hanno un ciclo vitale di circa 30 giorni. Vale a dire che si sviluppano, crescono e muoiono nel giro di un mese, rinnovandosi con l'arrivo delle nuove sostitute.

Nella psoriasi, le cellule della pelle compiono l'intero ciclo in appena 3 giorni, determinando quindi un eccesso di ricambio cellulare, con formazione di macchie rosse che i dermatologi chiamano chiazze eritemato-squamose, che si squamano, si scrostano e cadono.

La malattia riguarda sia donne e uomini. Può insorgere a qualsiasi età ma più frequentemente tra i 10 ed i 30 anni. Colpisce in preferenza gomiti e ginocchia, anche se nella forma universale si estende su quasi tutta la pelle del corpo. Peggiora in autunno, è stazionaria in inverno, tende a riacutizzarsi in primavera e migliora in estate.

SINTOMI E FORME DI PSORIASI

La psoriasi si presenta con chiazze eritematose rosse ricoperte da squame grigio-argento, localizzandosi di preferenza su cuoio capelluto, gomiti, ginocchia, mani, piedi, zona ano-genitale, e in genere non sul viso. È caratterizzata da sensazione di forte prurito e bruciore.

Si distinguono diverse forme di psoriasi:

Psoriasi volgare (poche chiazze grandi).

Psoriasi guttata (tante chiazze lenticolari).

Psoriasi pustolosa (capocchie a punta di spillo, o bollicine con pus).

Psoriasi invertita (infiammazioni alle grandi pieghe).

Artrite psoriasica (psoriasi associata a dolori articolari e anchilosi).

CAUSE

Le sue cause in campo medico non sono state identificate. Si parla come al solito delle solite derivazioni genetiche, per il fatto che spesso nella stessa famiglia si ritrovano casi simili. Ma anche questa ipotesi traballa fortemente e risulta anzi priva di fondamento. La genetica ha perso validità e valore scientifico da quando si è scoperto che i geni non sono un dato fisso e inalterabile come da sempre sostenuto, ma che invece variano in relazione agli stili di vita e all'alimentazione della gente.

Il fatto che le lesioni psoriasiche si sviluppino e si acuiscono nei momenti di stress, significa piuttosto che si tratta di un

fenomeno di impregnazione tossica. Lesioni cutanee che agiscono da spie luminose e segnali di corpo intossicato.

Più che di geni e di Dna alterati si dovrebbe quindi parlare di errate abitudini alimentari e comportamentali in seno a un gruppo sociale, a una famiglia o in una nazione. I fattori scatenanti più probabili sono semmai gli stili di vita impropri, i traumi emotivi, lo stress, i farmaci, l'etilismo ed il fumo.

La lipotossemia, con sangue viscoso che non circola bene, è il principale fattore di psoriasi. Ma è poi lo stress da psoriasi a causare ulteriore deterioramento circolatorio, causando ulteriori lesioni cutanee e altre disfunzioni interne. In pratica, tutte le malattie della pelle sono causate dall'impurità del sangue, dal sangue grasso, dal sangue lipotossico. Questo vale per eczema, allergia, orticaria, acne, lupus, erisipela, rosolia, herpes, dermatite atopica, e anche per la psoriasi.

TRATTAMENTO

Per la medicina la malattia è inguaribile e non ci sono cure risolutive a parte i trattamenti topici (creme, lozioni, pomate) e i

trattamenti sistemici (comprese, fiale). Vi sono casi di remissione spontanea che per i medici rimangono inspiegabili.

I trattamenti per psoriasi includono:

Emollienti, trattamenti locali con oli, unguenti, creme, per ammorbidire ed allontanare le squame psoriasiche. Si usano anche catrame vegetale, calometano, ditranolo, vitamina D.

Farmaci tipo ciclosporina A e metotrexate che l'igienismo non approva.

Elio-balneoterapia. Si effettua in centri specializzati soprattutto sul Mar Morto con bagni di sole e acqua di mare a elevata concentrazione salina per ottenere notevoli miglioramenti e remissioni della malattia più durature.

Psicoterapia. I dermatologi considerano la psicoterapia come sostegno all'ammalato psoriasico se non altro per lo stress che la patologia causa che essa stessa causa nei soggetti più fragili.

Uno degli errori peggiori che i dermatologi fanno è quello di maledire le malattie della pelle, mentre esse sono dei veri salvavita, essendo la pelle il massimo organo emuntore di emergenza, quello che viene in soccorso al fegato e soprattutto ai reni! L'altro errore, pure marchiano ed imperdonabile, è quello

di combattere tali malattie con medicinali tossici e dopanti che paralizzano i sintomi e le nobili attività eliminatrici del derma, obbligando l'organismo a trattenere al suo interno le sostanze tossiche accumulate. Tali sostanze, con la loro letale forza corrosiva, compromettono l'integrità vitale e la funzionalità degli organi più delicati del corpo.

In realtà la malattia è decisamente guaribile, purché:

Il soggetto non venga sottoposto a trattamenti del sintomo.

Il soggetto adotti un regime di vita rilassato e non stressante.

Il soggetto adotti una dieta vegana tendenzialmente crudista (con 2-3 mesi di crudismo quasi-totale si guarisce da ogni tipo di psoriasi).

L'importante è che la dieta sia comprensiva di tutte le verdure fresche di stagione (cavolo, rapa, carota, sedano, topinambur, asparagi), specie quelle selvatiche (tarassaco, acetosa, ortiche, luppolo, crescione, rucola, pungitopo germogli). Qualche vegetale non stracotto (patate, cavolini Bruxelles, cavolfiori,

fagiolini, asparagi, porri, cipolle) e qualche cereale (miglio, saraceno, quinoa) sono accettabili.

NIENTE CUROMANIA DEL SINTOMO E NIENTE ANSIA

Sbagliato dunque cercare dei rimedi al derma e illusorio ricorrere alle cure di John Pagano. Basilarmente quello che va evitato è proprio la curomania e l'ansia di mandare via il problema, quando il problema è lo specchio della nostra situazione interna. La malattia si sconfigge in modo sicuro e definitivo con una alta percentuale di crudismo, soprattutto verdure nella parte iniziale, con aumento graduale di frutta man mano che si procede, e man mano che andiamo verso l'ottima frutta primaverile (fragole, lamponi, ciliegie, pesche, meloni, more).

PENSARE CORRETTAMENTE E NON FARSI DISTRARRE

Studiare dunque le tesine relative alla pelle, all'acne, alla psoriasi, al crudismo, colon (termini usabili come motori di

ricerca). Zero zuccheri raffinati, zero sali inorganici, zero spazzatura, zero latticini.

Stappare ogni cura in corso e partire con centrifugati di carote-sedani-ananas, e con abbondanti razioni di verdure, senza scordare il supporto di mandorle, semini e germe di grano. Arance e agrumi al risveglio sempre validi. Mirtilli, kiwi e fragole in abbondanza. I problemi non stanno sul derma ma piuttosto nell'intestino.

RIMEDI NATURALI

Oltre alla dieta vanno chiaramente applicate alcune regole e abitudini salutari come:

- Toccare il meno possibile e non grattare assolutamente la pelle interessata da psoriasi.
- Esercizio fisico all'aria aperta costante e continuato, utilissimo contro stress e stati infiammatori.
- Bagni di sole o elioterapia
- Yoga e meditazione
- Idroterapia in acque termali ricche di minerali come zolfo, bicarbonato, magnesio e calcio.
- Fangoterapia

- Rimedi erboristici come gel di aloe vera (antinfiammatorio), camomilla (calmante), decotto di radice di bardana, fitolacca, tisana depurativa di sambuco, e olio di mandorle, di macadamia e di jojoba come emollienti.

Le cause emotive della Psoriasi

Qui riportiamo le cause più remote, di origine psicologica, emozionale o spirituale di questa malattia, avvalendoci di una ricerca nei meandri delle discipline olistiche deputate a questa indagine.

Secondo le 5 Leggi Biologiche DEL Dott. HAMER

Secondo le 5 Leggi Biologiche la Psoriasi è la manifestazione di due SBS ectodermici contemporanei, caratterizzati dal conflitto di separazione o distacco.

Conflitto: Conflitti importanti e subentranti di separazione da un contatto desiderato (madre, fratelli, familiari, amici, membri amati del proprio clan). In questo disturbo i conflitti sono almeno due, uno in fase di soluzione ed uno in fase attiva.

La separazione originaria non viene risolta completamente, ma viene mitigata da azioni che l'individuo compie per sopperire al distacco, che però non sono sufficienti o durature per consentire una completa guarigione della cute.

(<http://www.attivazionibiologiche.info/dizionario/psoriasi>)

Secondo la Psicosomatica

Nella psoriasi le tematiche principali sono l'eccessivo bisogno di **difesa** di fronte ad una realtà vissuta come troppo invadente e **la vergogna di se stessi**. Il rossore e il bruciore in questo caso sono riconducibili ad una forte **carica di aggressività non espressa** e al conseguente **senso di colpa**. Chi soffre di questa affezione cutanea spesso sente il **desiderio di cambiare** perché non si sente a proprio agio con la vita che sta vivendo. La psoriasi è quindi, a livello simbolico, una corazza con la funzione di proteggere la persona dall'esterno avvertito come minaccioso. Le persone che soffrono di **psoriasi** difficilmente si mettono in gioco completamente. Chi ha a che fare con loro percepisce una sensazione di distanza forzata, di barriera oltre cui non si può andare. E' necessario in questi casi lavorare sull'accettazione di sé e sul concedersi senza barriere nella relazione con gli altri. Un'altra tematica importante è il **controllo**, ovvero il conflitto nella persona tra il lasciare andare la propria rabbia e invece contenerla perché ritenuta uno stato da controllare e non esprimere. Le persone che soffrono di psoriasi sono spesso persone molto controllate, irreprensibili.

Secondo una logica psicoanalitica, metaforicamente questo sintomo cutaneo potrebbe essere letto come portavoce di due opposte tendenze, contraddittorie tra loro: la prima, eruttiva ed espansiva, la seconda contrattiva, un tentativo di riportare l'ordine e il controllo minacciato dal primo movimento.

In questa visione bisogna aggiungere che la pelle, nella psoriasi, è caratterizzata da una replicazione molto accelerata, passando dal normale rinnovamento che avviene nell'arco di circa un mese a solo pochi giorni.

La desquamazione, secondo Anzieu, corrisponderebbe in sostanza a un desiderio di "muta" dell'lo-pelle, che però non riesce mai a compiersi del tutto, perché si realizza concretamente solo nel soma e nei luoghi designati.

(<https://www.benesserecorpomente.it>)

(<https://www.somatologia.it/pubblicazioni/somatopedia/psoriasi>)

Considerazioni Olistiche sulla psoriasi

La pelle è la linea di confine tra l'individuo e l'ambiente, ma è anche un'importante interfaccia che ci collega con l'ambiente. Segna una divisione ed un contatto a seconda dei contesti in cui la consideriamo.

Il discorso potrebbe prendere una piega quasi infinita se proviamo a fare le varie associazioni di idee e se ricordiamo certi modi di dire come "avere i nervi a fior di pelle", "la simpatia è una questione di pelle" "mi viene la pelle d'oca" ecc ecc.

Dal punto di vista embriologico, la pelle ed il sistema nervoso derivano dallo stesso strato germinativo chiamato ectoderma.

Nell'epidermide sono presenti astrociti, cellule con funzione difensiva che si ritrovano identiche nel sistema nervoso e in particolare abbondanza nell'encefalo (cervello + strutture più

antiche cioè cervelletto, bulbo e ponte... tutto l'insieme racchiuso nella scatola cranica).

Questa semplice considerazione serve a ribadire il notevole collegamento tra stato psico-emotivo e manifestazioni che si osservano sulla pelle.

Essendo la parte più esterna dell'organismo si può collegare a quasi tutti gli organi e apparati così come notiamo per il sistema nervoso che è la parte più interna.

Ad esempio svolge funzioni escretorie in quanto produce sebo e sudore.

Un disturbo di pelle può indicare il corrispondente disturbo di fegato, rene, polmone.

Nella semeiotica della Medicina Tradizionale Cinese poi ci sono spiegazioni dettagliate di come varie macchie, punti, eczemi, corrispondano a seconda della localizzazione a determinati disturbi nei vari organi.

E' importante capire cosa esprime il disturbo di pelle. Come affiora, quando affiora, perché. Capire con quanti altri disturbi di organi è collegato e con quale stato psico-emotivo.

Se non affrontiamo la situazione globalmente, un semplice disturbo psicosomatico, dovuto a stress, si trasforma in un danno irreversibile ed infine attacca le articolazioni causando la forma artropatica della psoriasi che è molto dolorosa.

Quindi come trattamento fondamentale bisogna conoscere, con la collaborazione del paziente, come l'organismo gestisce lo stress.

Come interpreta il mondo che lo circonda e come interpreta ciò che gli arriva dalla comunicazione con gli altri. Se si arriva con successo a questa tappa, allora si può rieducare il paziente nella gestione del suo stress.

Poi , avendo iniziato un iter corretto, possiamo aggiungere le creme, non invasive, che possono essere utili e i vari rimedi e integratori. In questo caso tutti i rimedi faranno da supporto ad un processo immunitario corretto che il paziente ha da poco adottato.

La psoriasi è una malattia autoimmune. I fenomeni autoimmuni, come quelli allergici, si verificano quando il sistema immunitario lavora eccessivamente contro un nemico inesistente o, peggio, contro colui che deve difendere, il soggetto stesso.

Un sistema immunitario normale, equilibrato, sa riconoscere ciò che è amico, ciò che è neutrale e ciò che è potenzialmente pericoloso. In genere aggredisce batteri, virus, funghi, cellule morte dello stesso soggetto per fare spazio alle nuove cellule, cellule difettose dello stesso soggetto che, se venissero lasciate in vita, potrebbero proliferare in modo eccessivo formando tumori.

Nel caso della psoriasi, che è caratterizzata da un processo di continua proliferazione e cheratinizzazione della pelle, il paziente sta attuando una continua cicatrizzazione. Un circolo vizioso di cicatrizzazione di una ferita che non c'è. Forma delle croste. Cerca di sanare una lacerazione. Si sente ferito per fatti o parole che un soggetto normale neanche noterebbe. E' come se l'inconscio gli dicesse : " meglio una ferita fisica di una morale...perciò ora trasforma la tua ferita morale in fisica " e/o dicesse "meglio malato di pelle che di mente. Se non avessi la psoriasi sarei un paranoico aggressivo. Preferisco subire una ferita che doverla infliggere a qualcuno".

E' necessario vedere il proprio problema da un nuovo punto di vista ... e non mi riferisco al pensiero positivo. Occorre una

reimpostazione del proprio modo di vedere la vita, perché altrimenti il problema resterebbe sempre intatto. Ma questo nuovo modo di vita non lo darà lo psicologo o il terapeuta, bensì deve trovarlo il paziente e deve essere un modo che armonizza con le sue istanze principali. Quando la vita ci presenta un problema è una prova, a volte dall'aspetto irrisolvibile, che dobbiamo superare, è un enigma che dobbiamo risolvere, un po' come un koan di Zen. Il maestro pone un problema e l'allievo deve risolverlo, non con una risposta logica o con la prima che gli viene in mente, bensì con una risposta appropriata-brillante-concisa-efficace nella forma e ineccepibile nel contenuto. Ma qual'è la risposta appropriata ? Non è una, ce ne sono diverse tutte appropriate. La persona sentirà la certezza di aver trovato la giusta impostazione perché si sentirà meglio, si sentirà sciolto nello svolgimento di quel compito, si sentirà sicuro di aver fatto una scelta giusta. A questo proposito torno a consigliare il procedimento descritto da Lou Marinoff nel libro " Platone è meglio del prozac": il programma filosofico parte dal presupposto che il paziente è in cerca non tanto della felicità, quanto del senso, del significato della sua vita.

COME IMPOSTARE UNA TERAPIA OLISTICA

Aiuto psicologico

Per trovare una sua strada, un nuovo punto di vista che possa essere compatibile con i propri valori fondamentali.

Una terapia craniosacrale

con cadenza settimanale per un paio di mesi e poi con cadenza più diradata ma per almeno 1 anno. Sul piano fisico avrà il vantaggio di spegnere il costante sottofondo di stress che gli scatena lo squilibrio del sistema immunitario. Sul piano verbale, il discorso verrà a galla poco per volta , man mano che elabora e mette in ordine ciò che pensa della sua situazione.

Riequilibrio dei meridiani e riequilibrio Energetico

Lavorare sui meridiani attraverso l'agopuntura o il massaggio, soprattutto su Vaso Concezione, Vaso Governatore, punti neuro vascolari, timo, polmone. E' consigliabile anche un riequilibrio energetico con un buon lavoro sui chakra.

Alimentazione

eliminare tutti i cibi spazzatura cioè cibi precotti, conservati, preconfezionati, dolci e droghe varie.

Inserire lo zinco, perché la perdita di Zn attraverso la pelle aumenta durante la psoriasi. Lo Zn è necessario anche per l'assorbimento dell'acido linoleico. I semi di zucca sono un'ottima fonte sia di Zn che di acido linoleico. Altre fonti di Zn= prezzemolo e carote.

Selenio, perché aiuta a diminuire la formazione di composti che provocano infiammazione. Fonte di Se sono le barbabietole rosse, aglio e arance.

Acido folico perché i pazienti con psoriasi ne hanno spesso una carenza. Fonte di acido folico sono gli spinaci, il cavolo a foglia e le coste.

Beta -carotene, perché fonte di vitamina A, che riduce la presenza delle poliammine. Fonte di beta-carotene sono le carote, il cavolo a foglia e il melone. Infine consigliamo le bietole per la potente azione disintossicante, l'ananas per la bromelina e perché riduce le poliammine e favorisce la digestione delle

proteine. Papaia per la papaina (=quanto detto per la bromelina).
Zenzero come antinfiammatorio.

Fitoterapia

piante per la psoriasi

VIOLA TRICOLOR TM = viola del pensiero selvatica. E' un
eccellente rimedio per tutte le forme di psoriasi.

ULMUS gemme = olmo; per l'eczema "gemente".

CEDRUS LIBANI gemme per le psoriasi e gli eczemi secchi; si può
associare TIGLIO per il prurito e lo stato nervoso.

JUNGLANS REGIA = noce: per prevenire la superinfezione e
l'essudato

ELICRISO presenta un'ampia gamma di azioni farmacodinamiche
la cui sinergia tende a drenare, disintossicare e riequilibrare
determinati distretti. Nella psoriasi viene usato sia per uso
interno che esterno. Attenua il prurito (grazie all'azione sedativa

centrale del nerolo); per la presenza dei caratteristici dichetoni evita l'eccessiva proliferazione tissutale tipica delle lesioni psoriasiche accelerandone i processi di riparazione e favorisce contemporaneamente l'eliminazione delle scorie metaboliche per la stimolazione dei complessi enzimatici microsomiali del fegato; si combina bene con cedrus libani.

NEEM è stata di recente formulato un farmaco contenente estratti dalla corteccia dei semi di un albero indiano, il Neem (scoperto poi in India che si tratta della corteccia dell'albero di limone indiano indicata in Ayurveda per tutti gli eczemi) I principi attivi dell'olio di questa pianta alleviano il prurito, l'arrossamento e la desquamazione presenti in psoriasi, dermatiti atopiche e dermatiti seborroiche e neurodermatiti. Dopo 7gg si nota il miglioramento e dopo 1 mese la maggior parte delle lesioni è migliorata o scomparsa.

Effetti notevoli si hanno con piante contenenti saponine; la più efficace è la SALSAPARIGLIA che contiene delle saponine steroidiche.

<https://olisticaedintorni.blogspot.com>

La Psoriasi nella Terapia verbale

Le patologie si esprimono spesso come proiezione dei problemi affettivi ed emozionali.

I pazienti affetti da psoriasi alla domanda “ come vede la sua eruzione?” rispondono, generalmente, in questa maniera

“ E' brutta”

“ E' schifosa”

“ Mi porta a nascondermi”

“ Mi gratto, escono le scaglie e mi vedo sporco”

Queste espressioni denunciano il loro sentimento di abbandono.

Prima di tutto si sentono abbandonati dai genitori in seguito ad un lutto o ad una forte separazione oppure si sentono abbandonati per una questione di emarginazione oppure a causa di critiche e giudizi da parte dei parenti. Questo li porta a sentirsi brutti e abbruttiti e da qui iniziano a manifestare la psoriasi.

Ci sono 2 sentimenti principali nella persona che manifesta la psoriasi:

- 1) Il sentirsi sporchi, in colpa, abbandonati, avviliti
- 2) Il sentimento di rabbia perché si sentono abbandonati.

(Gabriella Mereu <https://www.youtube.com/watch?v=B5nPpKMjr8E>)

ASPETTI PRATICI

Fintanto che non risolti è meglio sapere che....

Come appena detto, **chi ha la psoriasi** può, sicuramente, avere un impatto da un punto di vista sociale non indifferente, a causa dell'effetto estetico delle desquamazioni o degli eritemi. Ma – e questo è ancora più importante – può perdere parte delle sue funzioni motorie. Insomma, **la malattia può essere invalidante**.

Cercando di tradurre il più possibile il linguaggio *medichese*, cioè evitando termini troppo scientifici e poco comprensibili da chi non ha una laurea in medicina, possiamo dire che l'aumento dello strato della pelle (ipercheratosi) e l'estrema secchezza cutanea possono provocare lesioni o ulcerazioni capaci di limitare i movimenti articolari o la presa manuale, dolori, bruciori o prurito che portano ad una particolare irritabilità. Qualità di vita compromessa, per dirla in modo più chiaro.

Peggio ancora per chi soffre di **artrite psorisiaca**, una patologia in grado di **limitare la capacità motoria** a causa del coinvolgimento

della zona dorso-lombare della colonna e delle grosse articolazioni degli arti (spalle, gomiti, polsi, caviglie, ginocchia, ecc.). **Il paziente può diventare inabile o invalido** quando la malattia lo colpisce in modo particolare alle articolazioni delle mani, facendogli perdere la possibilità di afferrare qualcosa con le dita.

Inabilità o invalidità, dunque. Per lo più, a causa di una **malattia cronica**. Quali sono, a questo punto, **i diritti di chi ha la psoriasi?**

L'invalidità civile per psoriasi

Chi, a causa della **psoriasi**, ha visto diminuire le proprie capacità motorie in modo grave, può fare domanda all'Inps per **richiedere l'invalidità civile per malattia cronica**.

Alla **domanda** occorre allegare:

- certificato medico attestante la malattia ed il grado della stessa da inviare online all'Inps (serve il codice Pin fornito dall'Istituto oppure lo Spid, il servizio di identità digitale);
- dati anagrafici e di residenza;
- codice fiscale e numero di tessera sanitaria;
- indirizzo e-mail per eventuali comunicazioni dell'Inps.
- Occorre specificare la tipologia della domanda e la natura della stessa, cioè se di prima istanza o per aggravamento della patologia.

Un'apposita commissione effettuerà una visita e poi, **entro 90 giorni**, dovrà stabilire in un verbale il grado di invalidità.

Sul verbale, la Commissione può decidere di non ritenere il **paziente affetto da psoriasi** invalido, perché la patologia è assente o perché la riduzione della capacità è **inferiore ad 1/3**. Questa certificazione **non consente alcun diritto** che derivi dallo status di **invalidità civile**. Ma è possibile presentare **ricorso entro 180 giorni** dalla notifica oppure, presso l'Asl di competenza, domanda per un **nuovo accertamento** della patologia.

La Commissione può anche decidere altri gradi di invalidità a chi ha la psoriasi. E sono quelli che vediamo in seguito.

Diritti di chi è invalido con riduzione di incapacità superiore ad 1/3

Se **chi ha la psoriasi** viene dichiarato invalido con riduzione permanente della capacità lavorativa in misura **superiore ad 1/3 [1]** ed ha disabilità motoria, intellettiva o sensoriale, ha diritto alle seguenti **agevolazioni**:

- per l'**acquisto di un'auto** destinata a persone con disabilità: applicazione dell'Iva agevolata, detrazione del 19% sulla spesa sostenuta in sede di dichiarazione dei redditi ed esenzione dal bollo auto e dalle tasse di trascrizione;
- per gli **ausili sui veicoli** destinati a persone invalide: applicazione dell'Iva agevolata e, in certi casi, detrazione del 19% in sede di dichiarazione dei redditi;

- per l'**assistenza specifica** da personale medico o sanitario: deduzione dal reddito delle spese sostenute dall'interessato, dai familiari a suo carico fiscale o da quelli a lui civilmente obbligati;
- per l'**assistenza personale e domestica**: agevolazioni fiscali per le spese sostenute per badanti e colf;
- per i **familiari a carico**: detrazione di 800 euro (a scalare a partire da un reddito di 95.000 euro) o di 900 euro per ciascun figlio di età inferiore ai 3 anni. Detrazioni di 220 euro per ogni figlio portatore di handicap;
- erogazione a carico dello stato di **supporti sanitari** per la minorazione accertata (protesi, ortesi, ecc.) dietro specifica prescrizione medica;
- **esenzione dal ticket sanitario** se previsto dalla Regione di residenza;
- prolungamento dell'**astensione facoltativa di maternità** fino ai 3 anni di vita del bambino o, in alternativa, di due ore di permesso giornaliero, purché il paziente sia in possesso del certificato di handicap con connotazione di gravità;

- contributo del 20% per l'adattamento dei **dispositivi di guida** sulle auto delle persone titolari di patente speciale, dietro richiesta di contributo da inoltrare all'Asl;
- **contrassegno invalidi** per la circolazione e per la sosta.

Diritti di chi è invalido con riduzione di incapacità superiore ai 2/3

Se **chi ha la psoriasi** viene dichiarato invalido con riduzione permanente della capacità lavorativa in misura **superiore ai 2/3** ed ha disabilità motoria, intellettiva o sensoriale, oltre ai benefici sopra citati ha anche diritto alle seguenti **agevolazioni**:

- un **assegno mensile** di assistenza;
- due mesi di **contributi figurativi** per ogni anno effettivamente lavorato se l'invalidità è superiore al 74%;

- accesso alle **liste speciali di collocamento** riservate agli invalidi civili se l'invalidità è superiore al 45%, dopo una visita di accertamento, ulteriore e diversa rispetto a quella dell'invalidità, presso l'Asl;
- contributo per l'eliminazione delle **barriere architettoniche in casa**.

Diritti di chi è invalido con totale o permanente invalidità al 100%

Se **chi ha la psoriasi** viene dichiarato invalido con **totale e permanente inabilità lavorativa al 100% [3]** ed è impossibilitato a deambulare senza l'aiuto di un accompagnatore **[4]**, oltre ai benefici sopra citati ha anche diritto alle seguenti **agevolazioni**:

- indennità di **accompagnamento** e alla pensione di inabilità, se il malato ha tra i 18 ed i 65 anni;

- applicazione dell'Iva agevolata e detrazione fiscale per l'acquisto di **sussidi tecnici ed informatici** (computer, fax, ecc.) dietro specifica prescrizione e certificato di handicap o invalidità;
- riduzione del 50% sul **canone mensile di abbonamento alla telefonia fissa** entro certi limiti di reddito.

Fonte https://www.laleggepertutti.it/157966_i-diritti-di-chi-ha-la-psoriasi