

Per guarire bisogna fare infiammazione

Un viaggio dal biologico sino all'emozionale

I contenuti ed i pareri espressi nel presente libro sono da considerarsi opinioni personali dell'Autore, che non possono, pertanto, impegnare l'Editore, mai e in alcun modo.

Flavio Castellano

**PER GUARIRE BISOGNA
FARE INFIAMMAZIONE**

Un viaggio dal biologico sino all'emozionale

Saggio

BOOK
SPRINT
E D I Z I O N I

www.booksprintedizioni.it

Copyright © 2025
Flavio Castellano
Tutti i diritti riservati

*“Davanti al vento del cambiamento,
alcuni erigono muri,
altri costruiscono mulini a vento.”*

Proverbio cinese

Prefazione

Questo libro è per me un'enorme opportunità di presentare, come Presidente della Associazione Italiana di Medicina Funzionale, quello che vorrei diventasse la Medicina in un futuro, spero, vicino. Il concetto che mi sta affascinando è quello di riunire in una nuova cultura integrata quello che le varie culture mediche hanno tramandato. La storia della Medicina ci ha insegnato che probabilmente quando la medicina è nata era come se le conoscenze mediche si fossero sviluppate su pianeti diversi e lontanissimi fra loro.

Senz'altro la Medicina Occidentale si è sviluppata da quella presente nell'antico Medio Oriente (Siria, Persia, Mesopotamia) e quasi contemporaneamente nell'antica Grecia. Anche se la Medicina moderna si può far risalire ragionevolmente e più direttamente alla scuola di Ippocrate.

Tuttavia nessuno oggi può trascurare quello che ci è arrivato dalla medicina classica e tradizionale cinese, ma neanche quello che la medicina indiana ha trasferito alla cultura medica di oggi; medicine che si fanno risalire da 3500 a 1770 anni a.C. Sappiamo poi che anche in Italia, per molto tempo, un grande contenitore di conoscenze mediche è stata l'Etruria. Probabilmente, gli Etruschi furono i primi a considerare il problema della salute legato all'igiene, all'alimentazione e all'acqua. In quelle epoche, popoli lontani si curavano indipendentemente dalle conoscenze e dalle dottrine che si erano sviluppate a distanza di qualche migliaia di chilometri. Oggi si parla di *salute globale* (*global health*), che si occupa del miglioramento della salute e il raggiungimento di un livello di equità nella salute di tutti gli esseri umani. Ma dov'è il paradosso? Si parla di salute globale e contemporaneamente esistono la medicina moderna, la medicina cinese (tradi-

zionale e classica), la medicina omeopatica, la medicina ayurvedica, la fitoterapia, la naturopatia, etc. Ognuna di queste discipline ha assunto un atteggiamento di radicalismo isolazionista. La medicina moderna del mondo occidentale non riconosce nessun altro possibile approccio se non l'uso compulsivo di farmaci e l'aggressione diagnostica basata sulle nuove tecnologie allo scopo di fare diagnosi precoce di malattia o di recidiva di malattia. Ma d'altra parte la medicina cinese, l'omeopatia, la naturopatia e la dietologia, sono sempre più arroccate su posizioni oltranziste. Quindi l'ulteriore paradosso è che le medicine si stanno di nuovo allontanando, come se fossero tornate nei loro mondi. L'idea invece che questo libro propone, scegliendo l'infiammazione come stato di malattia diffuso, è di riportare al centro della Medicina il singolo paziente; di generare l'idea che il medico di per sé debba essere pronto ad applicare al singolo paziente quello che in quel momento maggiormente si adatta a esso/essa.

In questo libro si affronta efficacemente il concetto di medicina integrata; che considera il nostro organismo un sistema assolutamente complesso, ancora lontano dall'essere conosciuto, ma sicuramente integrato. Un sistema che condiziona una "normalità" dinamica e non statica, che classicamente si definisce *omeostasi*, ma che nel libro viene giustamente riproposta come *allostasi*, significando con ciò che il nostro organismo può avere momenti di malattia, ma che questi possono essere superati ritrovando l'equilibrio perso.

Mi piacerebbe tanto che il lettore di questo libro potesse comprendere fino in fondo che la medicina può curare quasi mai guarire, soprattutto nei tempi veloci di oggi.

L'essere umano è estremamente complesso ed ha molto a che fare con la vita che ha vissuto. Vorrei ricordare a tutti che articoli scientifici recenti hanno chiaramente dimostrato che l'ambiente modifica il genoma, quasi mai, direi mai, il contrario.

Purtroppo, va sottolineato che dietro all'uso indiscriminato di farmaci c'è il potere economico che ha creato la malattia prima ancora che il malato, all'unico scopo di vendere farmaci senza neanche guardare in faccia chi li sta assumendo.

Il corpo umano ha delle incredibili analogie con il pianeta in cui viviamo e con la natura in senso lato. Paradossalmente però nel momento attuale chi sta cercando di porre rimedio ai danni procurati dall'umanità nei confronti del nostro pianeta, dà tanto tempo alla natura per auto-curarsi, per rigenerarsi, mentre all'essere umano si dà sempre pochissimo tempo.

Il nostro corpo come il nostro pianeta è incredibilmente resiliente. Sanno adattarsi alle situazioni più incredibili, ma non bisogna certo abbandonare entrambi ad un destino di basso profilo.

La ricerca del mio gruppo si occupa di tumori da almeno un ventennio, ma io mi sono occupato di infiammazione cronica del nostro intestino per altrettanto tempo. Mi fa dunque piacere trovare in questo libro il concetto di infiammazione fisiologica. Quando studiavo le cellule immunitarie del nostro intestino tra di noi si definiva *infiammazione fisiologica* proprio quella normalmente presente nello strato mucoso dell'intestino tenue ed in particolare del colon. La lamina propria del colon contiene miliardi di linfociti che ci aiutano sia ad avere una pronta risposta nei confronti degli agenti esterni sia a mantenere un equilibrio costante con la flora batterica. A questo proposito, ricordo bene che quando si eseguiva la microscopia elettronica di biopsie intestinali vi erano batteri che si intercalavano alle cellule epiteliali, senza che la mucosa subisse danni. A questo proposito vorrei ricordare a tutti che, nel mondo, la carica batterica presente nel nostro intestino non è quasi mai la stessa confrontando individui che vivono in ambienti simili, ma è profondamente diversa a seconda del luogo nel quale si vive: in India o nell'Africa Sud Sahariana si possono riscontrare masse batteriche fecali da 10 a 50 volte superiori rispetto a chi vive in Paesi ed Economie Occidentali. La migrazione continua da quei paesi può creare enormi problemi quando si applicano linee guida di trattamento che non tengono conto di questo.

Oggi, purtroppo, si parla di Big Data e Medicina automatizzata, sarebbe invece il caso di fare un passo indietro e reindirizzare i medici ad un mestiere nel quale ogni singolo essere umano venga preso in considerazione indipendentemente dalla malattia dal quale è affetto, indipendentemente dal sesso e dall'età.

Credo che molti fra i lettori di questo libro ignorino l'esistenza di una nuova disciplina medica che si chiama PsicoNeuroEndocrinoImmunologia (PNEI) che esiste dal 1980, quando fu dimostrato che i linfociti erano in grado di produrre e secernere l'ormone della tiroide, da lì si sono fatti molti passi avanti. Credo sia evidente per tutti che dire PNEI è dire: corpo umano. Il nostro corpo è un sistema complesso e fortemente integrato ed è da questo concetto che occorre ripartire.

Finisco citando ciò che da tempo sostengo nelle mie presentazioni ovvero che ai segni comuni dell'infiammazione: **tumor, rubor, calor dolor, et functio laesa** (tumefazione, rossore, calore e perdita di funzione), così come li tramandò Galeno, ed ancor oggi riportati nei libri di medicina e nelle aule accademiche, occorre aggiungere **acidum** perché, oggi che si può misurare, mi sento di dire che l'acidità tissutale è comune a tutte le infiammazioni.

Buona lettura a tutti

Stefano Fais¹

¹ Dirigente di Ricerca Istituto Superiore di Sanità.

Introduzione

L'idea di scrivere un saggio su un argomento come l'infiammazione in Medicina Funzionale Regolatoria, nata in una cena d'estate, è stata accettata e costruita con grande entusiasmo, anche se sentita come compito impegnativo perché, come spesso capita agli "addetti ai lavori", ci si confronta quotidianamente con una modalità di pensare la medicina moderna, ancora oggi, spesso fatta di dogmatiche linee guida, protocolli, indicazioni terapeutiche, accettate troppo spesso in senso acritico, barriere burocratiche, leggi sulla privacy e, non ultime, problematiche medico-legali e ci si scontra anche con la sempre più critica *medicina difensiva*.

Quale confronto scientifico potrà scaturire in futuro da una visione così univoca, che cerca di escludere la multifattorialità e la peculiarità di ogni caso clinico nel processo patologico di ogni paziente?

Oggi un numero sempre maggiore di persone sta perdendo fiducia in questa medicina "moderna", prevalentemente incentrata sulla soppressione del sintomo, e cerca alternative, rendendo inevitabile un "cambiamento di paradigma".

Parlare di Medicina Funzionale Regolatoria e, in particolar modo, di *"infiammazione funzionale"* è quindi da subito apparsa impresa rischiosa, ma stimolante, poiché ancor oggi risulta, nella medicina del XXI secolo, senz'altro controcorrente e ancorché non convenzionale definire l'infiammazione come processo vitale, indispensabile per il corretto equilibrio biologico del nostro organismo.

Per questo ringrazio sin da ora la brillante intuizione di Mauro Manca che, come un raddomante, ha coordinato quest'opera che vuole essere, per sua stessa volontà, una traccia, tra le tante,

di uno stato dell'arte dell'attuale Medicina Funzionale Regolatoria, su un argomento centrale della pratica clinica quotidiana.

Perché il fermare concetti e idee serve per consolidare, avere un punto di partenza per ripartire e guardare a un futuro.

Una Medicina Funzionale Regolatoria che rappresenti un modo integrato di vedere il paziente, che accomuni lo studio fisiopatologico delle malattie (attraverso le più aggiornate nozioni della medicina scientifico-sperimentale dei nostri giorni), con le antiche conoscenze della medicina empirica (come ad esempio, la medicina tradizionale cinese, la fitoterapia, l'omeo-spagirica e altre), dandogli un senso logico e pratico.

Tale nuova visione, che cerca di riassumere quindi una visione olistica della medicina moderna, si sta affermando come scuola di insegnamento in molti paesi, tra le scuole più note troviamo la società di Medicina Funzionale americana e quella tedesca.

Nella casistica della Medicina Funzionale Regolatoria si deve sempre trovare questa caratteristica clinica: ogni caso clinico rappresenta l'unicità della persona e il suo percorso clinico, quindi per dieci pazienti con lo stesso sintomo infiammatorio, ci sono dieci percorsi diagnostici diversi e dieci indicazioni terapeutiche diverse.

Sotto questo punto di vista, nella visione funzionale, nel suo andamento di funzioni alternate (come lo *Yin* e lo *Yang* della medicina tradizionale cinese), si intende il nostro organismo come regolato da cicli metabolici circadiani, che vengono sempre completati, alla fine, attraverso una fisiologica infiammazione.

Esiste un ritmo circadiano luce-buio, che condiziona un ritmo sonno-veglia, un ritmo alimentare e un ritmo digestivo, un ritmo mestruale, un ritmo lavorativo, tutti cicli vitali che trovano il supporto ormonale delle loro fasi finali nell'infiammazione, dalla melatonina all'insulina e agli ormoni sessuali, sino all'ormone della crescita ed altri ancora.

Di qui una prima considerazione: in base a questi ritmi, le nostre cellule "*infiammano*" in ogni momento della giornata, in maniera fisiologicamente silenziosa, ogni giorno. Basti pensare alle cellule della gola, dell'albero respiratorio, oppure