



## Sistema nervoso autonomo, nozioni iridologiche da bordo ad orletto pupillare ed intervento osteopatico

Non so se qualcuno oggi scrive ancora con AmigaWriter, ma adoro l'ormai 'antica' piattaforma Commodore ed i suoi software retrò. Non divago ed il pezzo che mi accingo ad esporre è il secondo, relativo al connubio tra Iridologia ed Osteopatia. Mi preme specificare come, analizzando la diversa topografia dell'iride, si possano individuare delle zone chiave utili ad informare l'operatore riguardo ad alcuni aspetti non prettamente fisici ma inerenti al sistema nervoso autonomo della persona in esame, che conducono all'equilibrio orto-parasimpatico. Pertanto, da ciò, si possono trarre nozioni che riguardano lo stato d'animo ed altre informazioni di natura psicoemozionale che emergono analizzando una precisa zona iridea, oltre ad altre conseguenti interazioni fisiche.

Il Sistema Nervoso Autonomo(SNA) regola molte delle funzioni involontarie del corpo, come il battito cardiaco, la digestione, la respirazione e le risposte allo stress. È suddiviso in due principali componenti: il sistema nervoso simpatico e il sistema nervoso parasimpatico.

Pertanto il sistema nervoso **ortosimpatico** è spesso associato alla risposta 'lotta o fuga'. Quando viene attivato, prepara il corpo ad affrontare situazioni di emergenza o stress elevato. Alcuni effetti includono: Aumento della frequenza cardiaca, dilatazione delle pupille, rilascio di glucosio dai depositi di energia, riduzione dell'attività digestiva...

Quindi le persone con una predominanza del sistema simpatico tendono a sentirsi: Ansiose o nervose, agitate o irrequiete, sovraccitate e pronte all'azione...

Al contrario il sistema nervoso **parasimpatico**, d'altro canto, è associato alla risposta "riposo e digestione". Questo sistema aiuta il corpo a conservare energia. Alcuni effetti includono: Riduzione della frequenza cardiaca, costrizione delle pupille, stimolazione dell'attività digestiva, promozione del rilassamento generale...

Le persone con una predominanza del sistema parasimpatico tendono a sentirsi: Calme e rilassate, tranquille e serene, Con una sensazione di benessere generale...

Per cui in relazione agli **stati d'animo** nei due sistemi, coloro con predominanza simpatica, tendono ad essere più reattive allo stress e possono manifestare comportamenti ansiosi o agitati. Possono sentirsi sempre iperattivate e sperimentano difficoltà nel rilassarsi o nel dormire.

L'altro versante è la predominanza del parasimpatico e le persone tendono a essere più rilassate e calme, con una maggiore capacità di gestione dello stress. Ciò può fornire una sensazione di benessere e serenità, ma potrebbero anche sperimentare un eccessivo rilassamento che porta a poca energia o motivazione.

Così è fondamentale l'equilibrio tra il sistema Simpatico e Parasimpatico al fine di **mantenere un asse bilanciato**, situazione cruciale per la salute generale. Uno squilibrio può portare a problemi fisici e psichici, come stress cronico, ansia, problemi digestivi e alterazioni del sonno. Tecniche come l'osteopatia, la meditazione e l'esercizio fisico possono aiutare a bilanciare l'attività del SNA.

Tutto ciò può già risultare evidente con l'analisi di questo straordinario quanto complesso organo di senso, l'occhio appunto e nello specifico l'iride, per cui contribuisce ad indirizzare l'osteopata verso alcune tecniche d'intervento nei confronti del paziente in seduta, allineandosi all'anamnesi verbale e perfino rafforzarla.

Riguardo l'iride la zona che qui voglio esplorare è quella compresa tra bordo pupillare e orletto pupillare: un'area circoscritta che inizia con il confine tra il foro della pupilla e l'inizio del bordo irideo. Un cerchio continuo che può avere lo spessore di un capello fino a raggiungere il mezzo millimetro! Molte volte il colore può tendere verso il nero ma non è detto per quanto riguarda il bordo, anche se le sfumature proseguendo verso l'orletto e possono assumere una tonalità più o meno tenue. Osservando il ancora il bordo pupillare, che può essere differente tra i due occhi, possono emergere varianti tra continuità e spessore. Una sfumatura che parte dal bordo pupillare e diviene tenue verso l'orletto determina una **dominanza** del sistema parasimpatico, e al contrario un colore marcato evidenzia una prevalenza simpatica, come può esserlo un forte colore rosso ad esempio. Tuttavia, non ci si limita alla tendenza simpatica o parasimpatica ma anche al livello di equilibrio tra le due componenti del sistema nervoso autonomo. Infatti, un **collaretto ben definito** e regolare può essere associato a un certo grado di bilanciamento tra i due sistemi, mentre l'irregolarità può suggerire squilibri tra la branca simpatica e parasimpatica. Possiamo però ancora considerare nell'analisi del collaretto la **componente dello spessore**, rilevandolo maggiore e quindi tendente verso la direzione ortosimpatica. Se sottile invece si va verso il parasimpatico. E' importante però evidenziare i fattori che influenzano il sistema nervoso autonomo.

E' importante considerare le **differenze sostanziali a livello anatomico** dei due compartimenti riguardanti il sistema nervoso autonomo.

Così il Sistema Nervoso Simpatico ha origine con fibre nervose che nascono dai **segmenti toracici e lombari** della colonna vertebrale (T1-L2). Seguono gangli organizzati in una catena paravertebrale lungo entrambi i lati della colonna, collegati formando il cosiddetto tronco simpatico. Il neurotrasmettitore utilizzato principalmente è la **noradrenalina** per modulare segnali ai tessuti effettori, che genera gli effetti già descritti sopra riguardo questo sistema.

In contrapposizione il Sistema Nervoso Parasimpatico da origine alle sue fibre nervose principalmente dai nuclei del **tronco encefalico e dai segmenti sacrali** della colonna vertebrale (S2-S4). I gangli parasimpatici sono situati vicino o all'interno degli organi effettori. Ciò significa che le fibre pregangliari sono lunghe, mentre le fibre postgangliari sono relativamente corte. Di conseguenza l'**acetilcolina** è il principale neurotrasmettitore per inviare segnali ai tessuti effettori, con le reazioni già spieganti in questo articolo...

Altre **differenze significative** sono di localizzazione dei gangli simpatici, situati lungo la colonna vertebrale. Mentre i gangli parasimpatici sono situati vicino o all'interno degli organi effettori. La lunghezza delle fibre nervose del sistema simpatico a livello pregangliare sono corte e le fibre postgangliari sono lunghe. Mentre nel sistema parasimpatico, le fibre pregangliari sono decisamente lunghe e le fibre postgangliari sono brevi.

Fatta questa breve premessa anatomica, è importante comprendere come è possibile intervenire a livello osteopatico con opportuni interventi manuali. Pertanto, le **tecniche osteopatiche che stimolano la funzione parasimpatica** sono rivolte a migliorare il funzionamento del sistema nervoso autonomo, in particolare del nervo vago, che è la principale componente del sistema parasimpatico. Alcune di queste tecniche includono:

- **Terapia craniosacrale:** Questa tecnica mira a migliorare la circolazione del liquido cerebrospinale intervenendo sulle membrane di tensione reciproca, al fine di normalizzare il funzionamento del sistema nervoso centrale e periferico.
- **Manipolazione viscerale:** Questa tecnica si concentra sul trattamento dei visceri (organi interni) per migliorare la loro funzione e ridurre il dolore.
- **Tecniche di natura neurodinamica:** Mirano a migliorare la funzione del sistema nervoso attraverso movimenti delicati e specifici, in relazione al collegamento dermatometrico e strategie di inibizione.
- **Tecniche manuali specifiche:** Mirano al nervo vago agendo sul cranio. Una di queste è la manipolazione del foro lacero. Il nervo vago esce dal cranio attraverso il foro lacero, e manipolazioni delicate in questa area possono facilitare il corretto funzionamento.
- **Tecniche manipolatorie sul diaframma:** Possono migliorare la respirazione e ridurre lo stress viscerale, contribuendo a una migliore regolazione autonoma.

Queste tecniche sono spesso utilizzate per migliorare la funzione parasimpatica e promuovere il benessere generale.

D'altro canto, per **intervenire sul sistema ortosimpatico con tecniche osteopatiche**, si possono utilizzare diverse metodologie che mirano a ridurre l'attività simpatica e promuovere il rilassamento. Alcune di queste tecniche includono:

- **Manipolazione suboccipitale:** Questa tecnica si concentra sulla regione occipitale (la parte posteriore della testa) per migliorare la variabilità della frequenza cardiaca e promuovere uno stato di rilassamento.
- **Manipolazione toracica:** Concentrandosi sul torace, questa tecnica può ridurre la produzione simpatica e favorire uno stato predominante parasimpatico, contribuendo a ridurre lo stress e l'ansia.
- **Tecniche di rilassamento miofasciale:** Queste tecniche mirano a rilassare i muscoli e le fasce connettivali, riducendo così la tensione muscolare e migliorando l'omeostasi.
- **Manovra di Aschner o riflesso oculocardiac:** Una tecnica manuale che prevede una leggera pressione sui bulbi oculari (attraverso le palpebre chiuse) che può effettivamente stimolare il sistema parasimpatico e ridurre l'attività simpatica. Quando si esercita una leggera pressione sui bulbi oculari, si può indurre un riflesso vagale che rallenta il battito cardiaco e promuove uno stato di rilassamento.

Queste tecniche possono aiutare a ridurre lo stress, migliorare la digestione e promuovere un generale stato di benessere.

E' importante far presente che una dominanza di una componente del sistema nervoso autonomo sull'altra non limita i suoi effetti solo ad una precisa condizione corporea ma anche ad un determinato schema psichico che conduce a

sottoinsiemi di natura **psicoemozionale**, regolati da precisi stati d'animo e forse questo concetto può sembrare slegato all'utente che viene informato su queste interazioni per la prima volta, tuttavia in seguito ad un'analisi più attenta tutto diventa perfettamente coerente.

Concludendo, le strategie che possono essere adottate dall'operatore osteopata sono molteplici e diversificate, ma è interessante la possibilità di pianificare un approccio d'intervento manipolativo partendo dall'indagine iridologica. Nello specifico, visionando la matrice dell'iride e, nel dettaglio, la zona tra il bordo pupillare e l'orletto, identificando una specifica condizione riguardo al sistema nervoso autonomo, per arrivare ad intervenire grazie all'approccio osteopatico.

Aggiungo in fine che ad aprile 2025 sarà prevista una conferenza sul legame tra Iridologia ed Osteopatia presso l'università popolare di Valle Po, Momenti di incontro a Paesana(CN).

Osteopata D.O. - Iridologo in Naturopatia  
Prof. Bertinetto Bartolomeo Davide  
[www.bertinettobartolomeodavide.it](http://www.bertinettobartolomeodavide.it)  
392 5898437 - Envie(Cn)