

# EPIGENETICA: quando l'ambiente influenza la salute

Il secondo convegno a Urbino fa il punto sulla relazione fra stile di vita, ambiente e salute della persona

Mauro Cucci per Istituto di Medicina Naturale

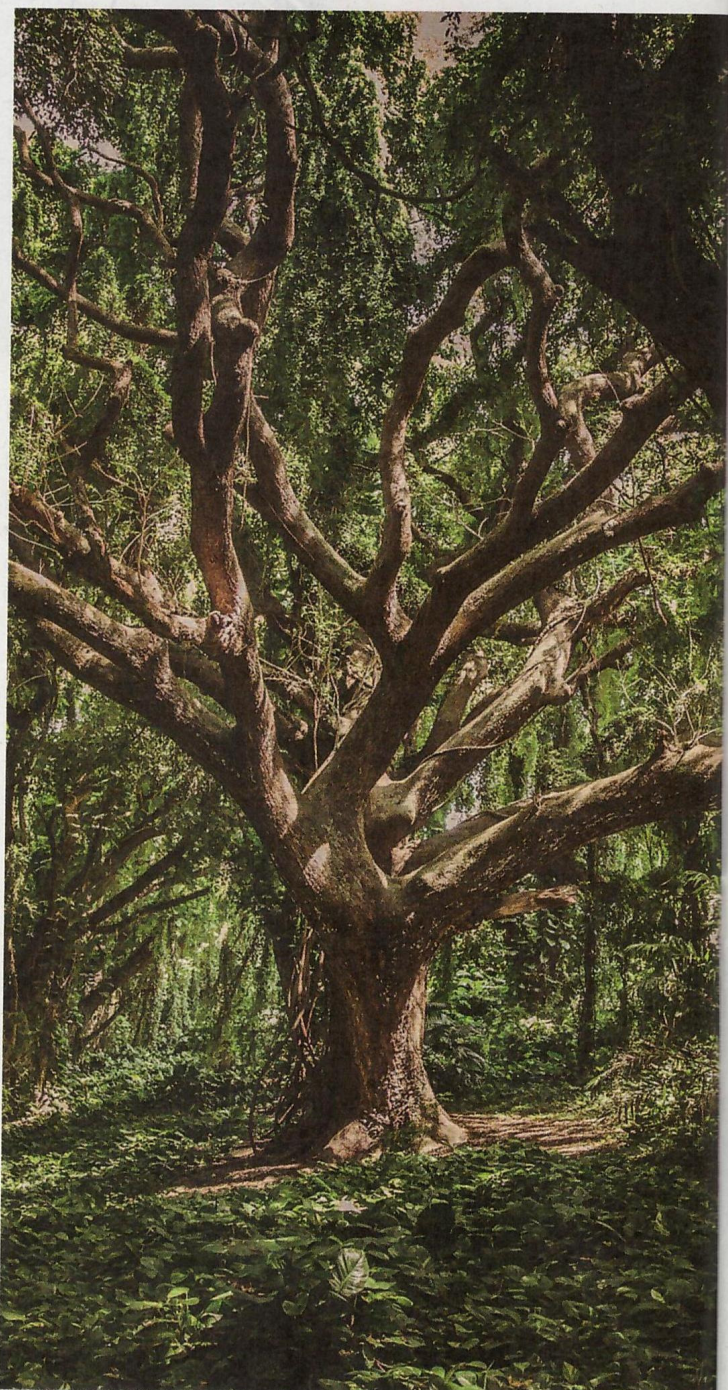
Conoscere se stessi è uno dei segreti per raggiungere il benessere fisico e mentale. Questo principio ha radici antiche e accomuna la cultura occidentale a quella orientale. L'autoconoscenza, l'autoconsapevolezza, unisce un personaggio come Lao Tze, che nel VI secolo a.C. codifica per iscritto il Taoismo, ad Eraclito di Efeso, uno dei padri della Filosofia, vissuto fra il VI e V a.C. Anche in un'epoca senza internet e senza globalizzazione, il mondo evidentemente condivideva un patrimonio di idee comuni a più latitudini. E la medicina, fra oriente e occidente, dava grande importanza alla prevenzione, all'autoguarigione e all'armonia fra essere umano e natura.

«Nel settore della salute – dice il dottor Mauro Cucci, medico, neuropsichiatra, agopuntore ed esperto di Medicina Tradizionale Cinese – l'occidente si è poi allontanato da tali principi, dando grande spazio ai concetti della medicina iperspecializzata, perdendo di vista l'interezza dell'essere umano. Recenti scoperte scientifiche e vari studi stanno facendo riflettere anche molti di coloro che avevano abbracciato pienamente l'applicazione di protocolli e standardizzazione. Anche in uno degli ambiti più difficili, come l'oncologia, si sta andando verso la personalizzazione della terapia».

## La relazione uomo-ambiente che determina la salute

Dopo anni di chiusura verso i principi della dimensione olistica, tanti medici stanno quindi rimettendo in discussione il rapporto uomo-ambiente. «I progressi nel campo dell'epigenetica – afferma Cucci – stanno aggiungendo elementi alla comprensione di quanto l'ambiente possa avere influenza sul patrimonio genetico dell'individuo e sullo stato di salute. E spesso gli stati di malessere di alcune persone, quando non trovano immediata spiegazione, nascondono un'influenza negativa delle esperienze ambientali».

L'Epigenetica è una branca relativamente nuova di conoscenze delle modificazioni chimiche al genoma, senza alterazioni nella sequenza del DNA.



Vari studi hanno suggerito che lo stile di vita e l'ambiente giocano un ruolo importante sulla salute fisica e mentale dell'individuo. L'ambiente in cui si vive ha una forte incidenza nella generazione di molte malattie cronic-degenerative come il cancro. È stato anche dimostrato che uno sbilanciato regime alimentare materno in gravidanza e disturbi metabolici durante lo sviluppo dell'embrione possono avere effetti persistenti sulla salute ed essere trasmessi alla generazione successiva.

«Ogni essere vivente – afferma il dottor Cucci – ha un patrimonio genetico che rappresenta l'informazione che indirizza lo sviluppo e le capacità di adattamento all'ambiente di quel determinato individuo. A lungo si è creduto che la nostra programmazione genetica non fosse modificabile. I lavori scientifici degli ultimi anni ci dicono invece che le esperienze ambientali possono arrivare a incidere sul patrimonio genetico. E qui entra in campo quel "malessere" poco spiegabile a cui abbiamo accennato prima. La medicina tradizionale cinese e l'approccio olistico – dice Cucci – possono essere molto utili. Secondo la tradizione orientale ogni persona sviluppa un certo tipo di personalità, in base alla propria natura genetica di partenza. Oggi sappiamo che le condizioni ambientali e la qualità delle relazioni umane possono incidere sul patrimonio genetico e portare a uno stravolgimento di quelle che rappresentavano le caratteristiche di base di un individuo. Di qui la nascita della "distorsione" che porta alla sensazione di malessere. Conoscere noi stessi, magari con l'aiuto di un professionista che guarda al problema con un approccio olistico, può, dove è possibile, ripristinare la condizione di partenza».

Di epigenetica e di come questa disciplina può aiutare la ricerca di un migliore stato di salute, si parlerà a Urbino, nelle Marche, l'1 e 2 ottobre 2016 in occasione di **Biosalus**, il Festival Nazionale del Biologico e del Benessere Olistico giunto alla decima edizione. Nelle due giornate si svolgerà il secondo convegno di settore, dal titolo **"Dalla genetica all'epigenetica: All you need is love. L'epigenetica del linguaggio, delle emozioni e dei comportamenti"**. La due giorni sarà quindi incentrata sul tema dell'influenza relazionale fra individuo e ambiente esterno.

## Mauro Cucci

È medico, neuropsichiatra, agopuntore, psicoterapeuta, fitoterapeuta.

È fondatore e direttore dell'Istituto Superiore di Agopuntura, vice presidente del Forum Nazionale per l'Agopuntura.

Già esperto in Medicine non Convenzionali presso il Consiglio Superiore di Sanità, è membro del Comitato scientifico ECM presso l'Ordine dei Farmacisti della Provincia di Pesaro.



# BIO SALUS

**URBINO**  
**1/2 ottobre 2016**  
INGRESSO GRATUITO

X FESTIVAL  
NAZIONALE  
DEL BIOLOGICO  
E DEL  
BENESSERE  
OLISTICO

*Tibet*  
Paese ospite



**Istituto di  
Medicina Naturale**

CON IL PATROCINIO DI



CITTA  
DI URBINO

Assessorato  
Attività Produttive e Turismo



CONSIGLIO REGIONALE  
Marche



Provincia  
di Pesaro e Urbino



AMMINE DEL  
LEGATO ALBANI



Alta Valle del Metauro  
Umbria Marche



INFO E PROGRAMMA Tel. 0722 351420  
**biosalusfestival.it**