

INTEROCEZIONE

Sistema sensoriale che ci permette di **sentire e capire** che cosa accade all'**interno** del nostro corpo.

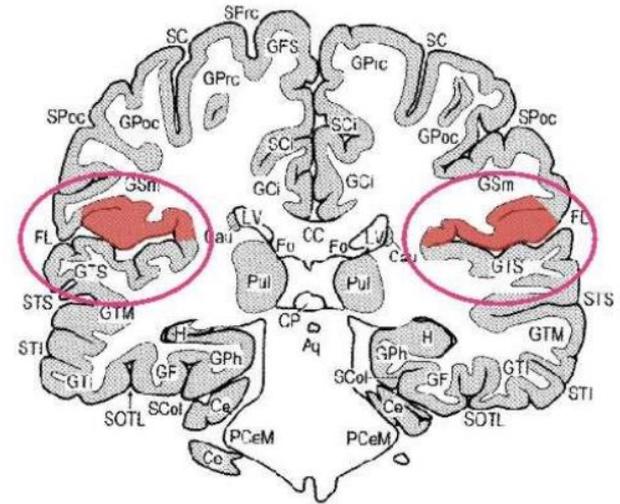
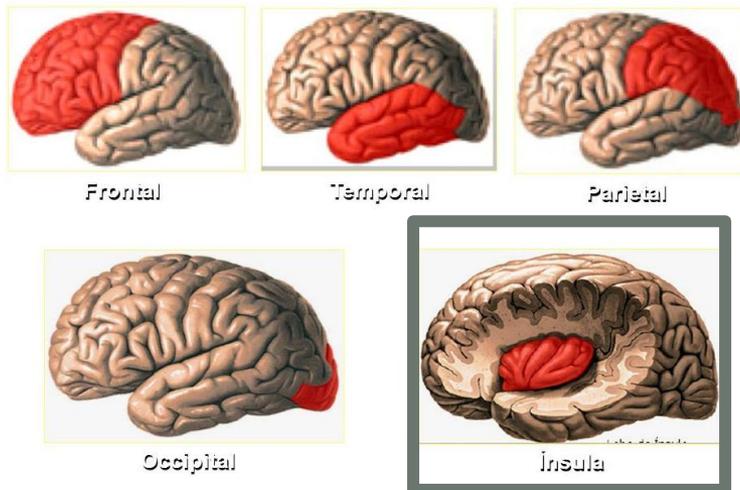
Ciò che succede nel corpo viene poi utilizzato dal cervello per creare schemi mentali, corporei e emotivi.



FIBRE TATTILI AFFERENTI DI TIPO C



CORTECCIA INSULARE



FIBRE TATTILI AFFERENTI DI TIPO C

- non sono presenti a livello di pelle glabra
- sono gli elementi neuroanatomici chiave di una specifica sensibilità tattile chiamata **tocco affettivo**
- sono loro che attivano la corteccia insulare



CORTECCIA INSULARE

- a sua volta processa gli stimoli interocettivi in entrata
- trasforma i segnali in messaggi che noi possiamo identificare a livello conscio.
- permettendoci di diventare consapevoli



COME MI SENTO ?

**COSA PROVO IN QUESTO
MOMENTO ?**



TOCCO AFFETTIVO

Tocco sociale

Leggero

Lento

La specifica sensibilità tattile
per attivare recettori di tipo C



CORTECCIA INSULARE

Diversi studi hanno dimostrato che i soggetti con una corteccia insulare che funziona in modo corretto sono maggiormente consapevoli delle sensazioni che sviluppano all'interno del loro corpo.



CONSAPEVOLEZZA DEL SÉ CORPOREO

la **capacità di percepire** chiaramente i segnali provenienti dagli organi interni, dalla pelle, e dai tessuti e di **capirne il significato**



DIFFICOLTÀ INTEROCETTIVE

- Ansia
- PTSD
- Obesità
- Anoressia
- Depressione
- Alessitimia (non riconosce ed esprime uno stato emotivo)
- Dipendenze



**CORRETTA CONNESSIONE NEURONALE
DELLA CORTECCIA INSULARE**



AUTOREGOLAZIONE



OMEOSTASI



CONNESSIONE NEURONALE DELLA CORTECCIA INSULARE

Decodifica i messaggi

**Essere consapevoli di ciò che
succede nel **CORPO****

fisiologico

emotivo



L'abilità di differenziare le nostre sensazioni corporee ci
permette di differenziare le emozioni

l'abilità di distinguere anche sottili differenze delle stesse
emozioni (attraverso i segnali interocettivi) è fondamentale per
l'esperienza emozionale

CONSAPEVOLEZZA EMOTIVA



SCARSA CONSAPEVOLEZZA EMOTIVA

sono in grado di sentire un'emozione di base

MA non riescono a determinarne l'intensità
e hanno minore capacità di controllarla

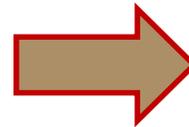


INTEROCEZIONE

COME MI SENTO?

La risposta è commisurata
alla

**FUNZIONALITÀ
INSULARE**



Segnali distorti

CONSAPEVOLEZZA CORPOREA ED EMOTIVA

RISPOSTA alla domanda «come mi sento?»



Parliamo di vere e proprie alterazioni
di un sistema che non riesce a
stabilire il principio di omeostasi.



TOCCO AFFETTIVO

**BENESSERE
FISIOLOGICO ED
EMOTIVO**

**STIMOLA LE FIBRE
TATTILI AFFERENTI DI
TIPO C**

**DECODIFICANDO
SEGNALI PER
OMEOSTASI**

**INNESCA
CAMBIAMENTI DI
CONNETTIVITÀ
FUNZIONALI**

**RECETTORI
DELL'INTEROCEZIONE
E INVIANO GLI IMPULSI
DIRETTAMENTE
ALL'AREA CORTICALE
INSULARE**



E' stato recentemente dimostrato che la connettività funzionale cerebrale dell'insula, viene ulteriormente modificata dall'attenzione tattile dell'operatore che pratica il tocco affettivo.



L'effetto del tocco continuo sulla connettività funzionale cerebrale viene modificato dall'attenzione tattile dell'operatore

Effect of Continuous Touch on Brain Functional Connectivity Is Modified by the Operator's Tactile Attention

Link all'articolo originale: <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fnhum.2017.00368/full>

Traduzione a cura di: Silvia Clara Tuscano

Autori:

Francesco Cerritelli (1,2,3), Piero Chiacchiaretta (1,2), Francesco Gambi (1,2) e Antonio Ferretti (1,2)*

1 Dipartimento di neuroscienze, Imaging e scienze cliniche, Università "G. d'Annunzio" di Chieti-Pescara, Chieti, Italia, 2 ITAB-Istituto di tecnologie biomediche avanzate, Università "G. d'Annunzio" di Chieti-Pescara, Chieti, Italia, 3 Clinical-Based Human Research Department—C.O.M.E. Collaborazione ONLUS, Pescara, Italia

Giornale: Front. Hum. Neurosci., 20 July 2017



Connettività del cervello dei soggetti (fMRI)

Tocco affettivo dell'operatore

Attenzione tattile

Attenzione uditiva



I risultati hanno mostrato che il tocco affettivo prolungato (almeno 15 min), mantenuto da un operatore impegnato **nell'attenzione tattile focalizzata**, produce un aumento significativo di attivazione nelle aree preposte all'elaborazione del valore interocettivo e attenzionale del tocco.

CORTECCIA INSULARE



TOCCO AFFETTIVO FOCALIZZATO SUL TATTO



+ ATTIVAZIONE CORTECCIA INSULARE



+ CONSAPEVOLEZZA CORPOREA & EMOTIVA

