

La forza fisica dell'ombelico

Il Corriere della Sera, il giorno 3.1.6 riportava il seguente articolo "... E solo qualche giorno fa la 16enne Kayleigh Bradley di Blackburn, Lancashire, è finita all'ospedale con un'infezione ai reni. Motivo: troppe serate a spasso con la pancia scoperta".

La medicina tradizionale ci spiega il perché prendere un colpo di freddo alla pancia possa portare infezione ai reni: esporre la parte ombelicale al freddo può portare ad un irrigidimento della zona che lo contiene con conseguenti danni interni in quanto è l'unico punto della parete addominale a non essere ricoperto da muscoli.

Il copriombelico consente altresì di proteggere dai raggi solari la zona ombelicale.

In Occidente l'unica pratica terapeutica (non ortodossa) che prende in considerazione l'ombelico è la **neuralterapia** secondo **Huneke**, che considera l'ombelico essenzialmente come la prima cicatrice della nostra vita, e quindi potenzialmente causa di disturbi a distanza. Alcuni studi di neuralterapeuti dimostrerebbero che la puntura di questo punto con anestetico locale (lidocaina o procaina) sia in grado di migliorare o guarire un gran numero di disturbi cronici (Weinschenk).

Nello **Yoga** il Chakra del plesso solare o **Manjapura** influenza gli organi addominali e produce poteri fisici e mentali, tra cui la capacità non comune di controllo sui movimenti corporei (equilibrio). Questo chakra influenza i problemi legati alla salute, all'energia ed all'azione fisica ed anche all'immunità dalle malattie. Inoltre, esso è collegato direttamente con la capacità di prendersi cura di se stessi e racchiude l'energia che ci consente di manifestare la personalità e di assimilare le esperienze, oltre a racchiudere la forza, la pienezza, la saggezza, l'influenza ed il potere.

Una buona energia del Chakra **Manipura** dona la capacità di provare piacere, espansività, consapevolezza della vita, azione e volontà.

Una buona energia viene ottenuta attraverso diverse tecniche già in uso, tutte volte a proteggere, scaldare, massaggiare fisicamente il luogo ove è posto questo chakra ovvero la zona ombelicale

L'operatore **Shiatsu** Ruggero Bergamo (*inserire relazione?*), afferma nella relazione "Addome e sua esposizione nella tradizione orientale dello **shiatsu**" che: "...risulterebbe molto utile la presenza di una struttura che vada a coprire l'area ombelicale senza tuttavia comprimerla o che ne ostacoli i movimenti. In questa maniera si assolverebbe sia a funzionalità di protezione fisica derivante dalla protezione da urti e colpi di freddo di questa zona particolarmente delicata, sia che ad una funzionalità di sostegno psicologico associata direttamente alla sensazione stessa di protezione che questa struttura potrebbe portare"