PSICO-NEURO-ENDOCRINO-IMMUNOLOGIA DELLA RISATA

L'Accademia della Risata si occupa di promuovere e diffondere indagini scientifiche e culturali sul fenomeno della risata e sulle sue applicazioni terapeutiche all'interno dei contesti sanitari e aziendali pubblici e privati.

La **Psico-Neuro-Endocrino-Immunologia – PNEI** - è una recente branca della Medicina che ha sostanziato la diretta correlazione tra le emozioni ed il sistema immunitario. Esistono infatti importanti correlazioni tra sistema nervoso, sistema endocrino e sistema immunitario. Sostanziali mutamenti in uno di essi, provocano cambiamenti anche negli altri, condizionando in maniera rilevante le condizioni di salute di un individuo.

E' ormai evidenziato da numerose ricerche scientifiche, come la risata provochi un effetto positivo sul sistema immunitario, in quanto oltre a ridurre il livello di ansia, innesca nell'organismo una serie di processi chimici. Il riso infatti aumenta la produzione degli ormoni, quali l'adrenalina e la dopamina, che hanno il compito di liberare le nostre morfine naturali: endorfine, encefaline e simili.

Le endorfine provocano una diminuzione del dolore e della tensione, permettendo il raggiungimento di uno stato di relax e tranquillità. Le encefaline sembrano esaltare il sistema immunitario, aiutandolo a combattere le malattie.

Ridere è inoltre un ottimo esercizio per stimolare la circolazione, abbassare la pressione, attivare i muscoli e aumentare la quantità di ossigeno nei polmoni; la risata è infatti una ginnastica molto utile che dovremmo fare tutti i giorni, poiché fra tutte le emozioni positive il ridere ha una straordinaria valenza terapeutica.

L'Accademia della Risata, convenzionata con l'Università degli Studi di Urbino "Carlo Bo" e con l'Azienda Sanitaria Unica Regione Marche – ASUR – Area Vasta 1, fornisce tutoraggio a lavori di ricerca e Tesi di Laurea e ospita studenti per il Tirocinio di formazione, presso Ospedali, strutture Socio-Sanitarie del territorio di propria competenza.