



L'Anismo indica il mancato rilasciamento o una **contrazione paradossa della muscolatura striata del pavimento pelvico** al ponzamento, che interessa i **muscoli puborettale e sfintere anale esterno**

. Se questo muscolo non si rilascia il retto non si svuota.

Viene associato a condizioni di stipsi terminale e può essere sospettato all'esplorazione rettale, invitando il paziente a rilasciare la muscolatura dell'ano, con una elettromiografia, o con una manometria ano rettale, o in corso di rx defecografia.

Uno spasmo anale, o un mancato rilasciamento alla richiesta di ponzare o di un'evacuazione simulata, può tuttavia essere legato al disagio ambientale.

**I Sintomi legati a questa patologia sono i seguenti:** Dolore anale, bruciore anale, senso di contrazione e pesantezza.

**La terapia consigliata:** Il trattamento di scelta, in caso di anismo, quando non sono presenti alterazioni strutturali che provochino l'ostruzione del lume rettale, è la riabilitazione del pavimento pelvico mediante fisiokinesiterapia, elettrostimolazione e biofeedback. In poche parole una "**ginnastica**" anale e perineale che si esegue a cicli, anche con l'ausilio di particolari apparecchiature.

Il **biofeed-back** è il metodo migliore, probabilmente, anche perché non può fare danni. Ma non è facile insegnare a una persona ad aprire un muscolo di cui lei nemmeno conosce l'esistenza. Non è come contrarre e rilasciare il bicipite, il muscolo del braccio. Comunque un bravo fisioterapista è in grado di riuscirci, non sempre, ma in oltre metà dei casi.

Il **biofeed-back** è un metodo d'intervento psicofisiologico inquadrabile nell'ambito della psicofisiologia applicata. Esso è basato sulla teoria comportamentista e sulla psicofisiologia. Il **biofeed-back** è un metodo d'intervento mediante il quale l'individuo apprende a riconoscere, correggere e prevenire le alterazioni fisiologiche alla base di diverse condizioni patologiche come la cefalea di tipo tensivo, l'emicrania, l'ipertensione essenziale, l'asma, l'ansia, ecc.) con conseguente loro riduzione o eliminazione.

L'organismo umano interagisce continuamente con l'ambiente esterno attraverso l'elaborazione di un comportamento adattativo. Questo è il risultato di processi ciclici che si possono equiparare a sistemi di controllo interagenti e legati tra di loro.

I comportamenti adattativi sono dei meccanismi di autoregolazione che avvengono spesso automaticamente e non interagiscono con il campo di coscienza della persona.

**Con il biofeedback, una certa funzione corporea come la tensione muscolare o la temperatura cutanea viene monitorata con l'uso di elettrodi o di trasduttori applicati sulla pelle del paziente.**

I segnali captati vengono amplificati ed usati per gestire segnali acustici o visivi. Il paziente può così adottare **strategie** di controllo per imparare a controllare volontariamente la funzione monitorata.