

La psicoterapia cambia il cervello

Medicina psicosomatica. Aree attivate e spente. Sul lettino modificazioni biologiche simili a quelle dei farmaci
La risonanza magnetica riabilita gli eredi di Freud: "Una svolta che cambierà il modo di concepire la malattia"

ANDREA ROSSI

C'è un uomo che ha paura dei ragni. Ne ha uno davanti. La fotografia del suo cervello mostra che una parte - l'area pre-frontale laterale destra - si attiva, stimolata dalla sua paura. Qualche tempo dopo lo stesso individuo non ha più alcuna reazione. Guarda un ragno, eppure reagisce in modo «normale», come quello di chi non è assalito da impulsi di terrore.

Il cervello è cambiato: la struttura neuronale si è modificata e tutto senza utilizzare alcun farmaco. Soltanto

A Torino i maggiori esperti mondiali

«Le emozioni sono la chiave della salute»

con la psicoterapia.

La risonanza magnetica funzionale può dare la misura di una delle «rivoluzioni» che verranno presentate a Torino da oggi a sabato nella 4 giorni del 20° congresso mondiale di medicina psicosomatica. La terapia della psiche è in grado di far cambiare forma e anche attività al cervello: non solo contrasta ansie e fobie, ma regola anche le risposte agli stress causati dalle malattie. Agisce, infatti, sui circuiti neurobiologici. «Ha lo stesso effetto dei farmaci anti-paura, insomma», spiega Secondo Fassino, direttore del Centro universitario per i disturbi del comportamento alimentare dell'ospedale Molinette di Torino che ospita il congresso.

Un processo consolidato negli anni, a partire dagli studi di Til Wykes. Con i suoi collaboratori, già nel 2002 e poi nel 2007, ha dimostrato con una risonanza magneti-

ca che un tipo di psicoterapia - la «Crt» - aveva sui soggetti schizofrenici gli stessi effetti positivi dei farmaci anti-psicotici. «Ecco, quindi, che il modello psicosomatico, valorizzando le terapie psicologiche anche nelle malattie del corpo, può essere la base per una nuova medicina - spiega Fassino -. Nei prossimi anni i trattamenti psichiatrici diventeranno essenziali per migliorare e umanizzare l'assistenza soprattutto nei campi dell'oncologia, dell'obesità, del diabete e delle malattie cardiovascolari». Serve, di conseguenza, un approccio «olistico» alla persona e non solo settoriale all'organo malato: si parte dai disturbi della psiche per curare le malattie più «classiche».

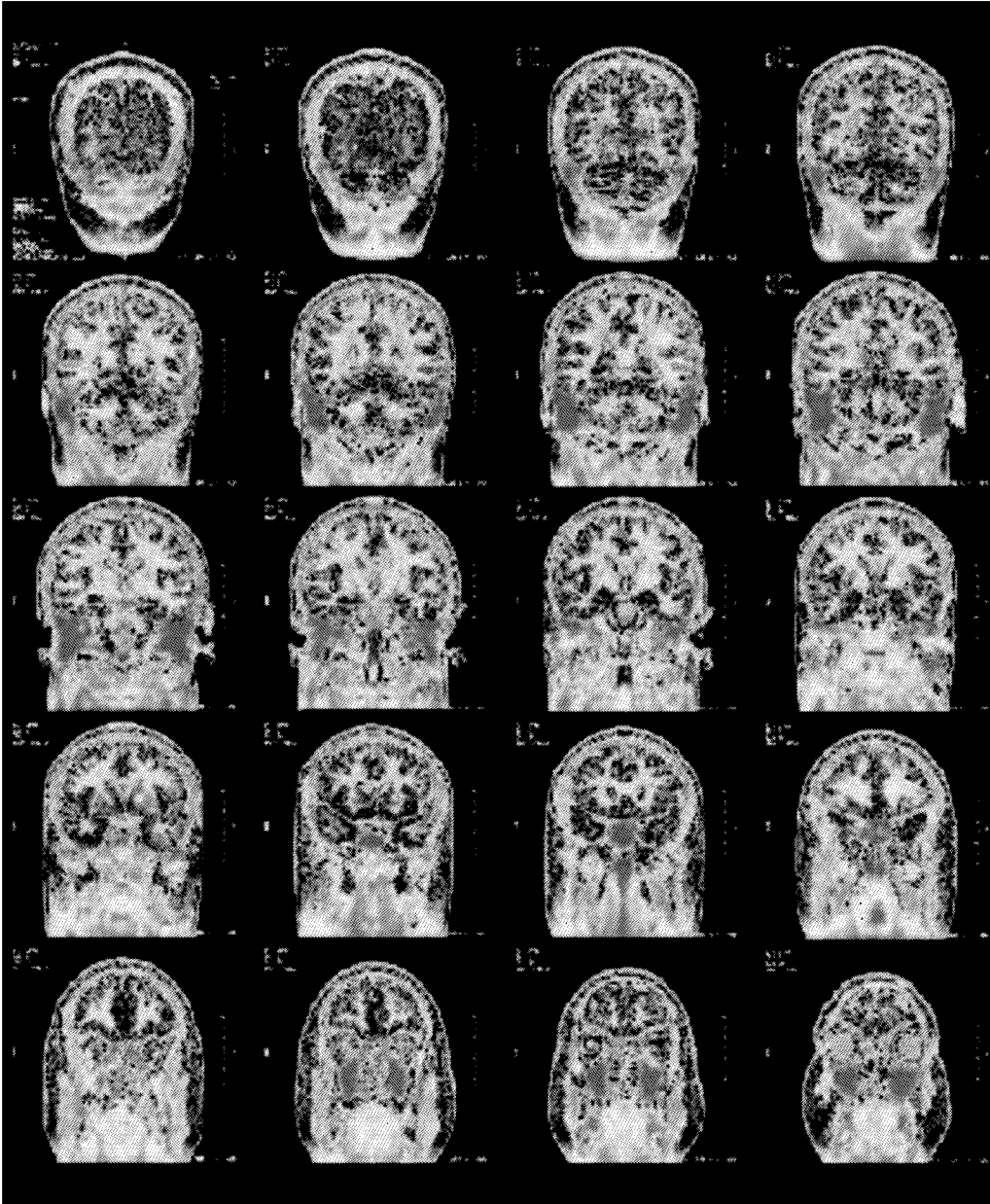
Una prova importante, in questo senso, è la scoperta - grazie a tecniche di «neuroimaging», come la risonanza magnetica funzionale - che la psicoterapia è in grado di modificare l'attivazione di aree specifiche cerebrali, permettendo all'individuo di gestire meglio le emozioni negative: dall'ansia alle paure. Si tratta di evidenze che nascono dalle scoperte del Premio Nobel Eric Kandel, famoso per aver dimostrato l'insorgere di alcune modificazioni sull'espressione dei geni.

Ulteriori prove arrivano

dai test all'Università di Montréal: la possibilità di gestire meglio le emozioni legate alla sofferenza è indispensabile per l'affermarsi di una medicina più avanzata. «Spesso, infatti, gli stress si trasformano in disturbi mentali, aggravando la malattia organica», sottolinea Fassino. Non solo. Altre ricerche con il «neuroimaging» hanno fotografato in pazienti depressi la «normalizzazione» dell'attività cerebrale dopo una psicoterapia di qualche mese: l'effetto è paragonabile a quello dei farmaci antidepressivi, con precise basi biologiche.

Uno dei protagonisti di queste scoperte è Claude Robert Cloninger, professore alla Washington University School of Medicine di Saint Louis, Usa, dove dirige il «Laboratorio di biopsicologia della personalità». L'Io - spiega - è costituito da una parte stabile (il temperamento), legato alla genetica, e da un'altra parte (il carattere), che muta a seconda delle circostanze. Ecco perché molte terapie farmacologiche e anche chirurgiche - come la gastroplastica negli obesi - possono essere «modulate» in modo personalizzato, se si studiano i pazienti prima e dopo le cure. Del resto Georg Northoff della Otto-von-Guericke University di Magdeburgo, in Germania, ha dimostrato che l'angoscia che si trasforma in somatizzazione, come nelle paralisi isteriche, non è frutto di suggestione: è il frutto dell'attivazione o dell'inibizione di specifici circuiti cerebrali.





Le metamorfosi della mente: dalla risonanza magnetica funzionale straordinarie immagini in diretta