

## News

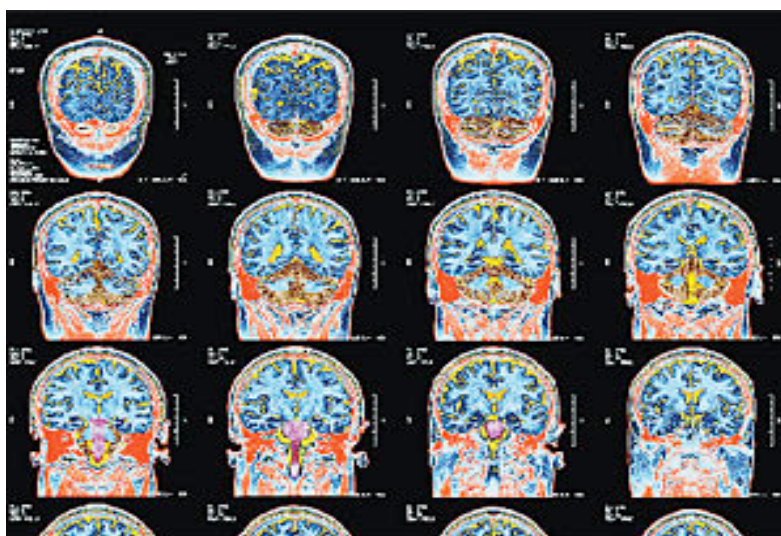
### MEDICINA e PSICOTERAPIA

## La psicoterapia è in grado di far cambiare l'attività neurionale del cervello

Settembre 2009

Aree attivate e spente. La risonanza magnetica rilancia gli eredi di Freud: "Una svolta che cambierà il modo di concepire la malattia"

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 con la psicoterapia.

La risonanza magnetica funzionale può dare la misura di una tale «rivoluzione» .

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.

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 magnetica che la psicoterapia, aveva sui soggetti schizofrenici, gli stessi effetti positivi dei farmaci anti-psicotici.

Il modello psicoterapico, valorizzando le terapie psicologiche, può essere la base per una nuova medicina. 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 a tutta la persona e non solo settoriale all'organo malato. 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. 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».

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.

Da La Stampa: da un articolo di Andrea Rossi Modificato  
Settembre 2009