



MEDICINA CORPO-MENTE

L'amore come regolatore neurobiologico

di Raffaele Cascone

C'è una base neuroendocrina e psicobiologica dell'amore, nelle sue varie espressioni, e i suoi effetti sul mantenimento della salute e nella cura sono profondi.

Neurobiologia dell'amore

Per meglio studiare gli effetti della sua espressione o della sua deprivazione sul comportamento e sulla fisiologia, l'approccio utilizzato dai ricercatori americani è stato quello di considerare l'amore "come stimolazione sensoriale". La natura di questa stimolazione copre un ventaglio di forme che vanno dalle più astratte ed intellettuali a quelle più direttamente sensoriali

e tattili. In questo senso, si può intendere per "amore" sia il legame con una persona desiderata, sia la stimolazione sensoriale che si desidera. Ma in amore, paradossalmente, anche la persona che dà la stimolazione, mentre agisce per darla, la riceve: i suoi gesti attivi sono concentrati sul sentire.

Secondo Komisaruk (in *Psycho-neuroendocrinology*, vol.23, 1998): "Quando spingo qualcuno che sgambetta sull'altalena le mie spin-

L'ipotesi dell'amore come regolatore neurobiologico primario nasce da Wilhelm Reich, il più orientato in direzione biologica tra gli allievi di Sigmund Freud e precursore delle neuroscienze contemporanee.

Già negli anni '30, nella teoria dell'orgasmo, con la pratica terapeutica della "vegetoterapia carattero-analitica", Reich aveva indicato due condizioni primarie della salute: una relazione amorosa adulta sana (1) ed un ambiente socio-culturale sesso-affermativo che garantisca queste condizioni favorevoli.

Lo spirito del lavoro di Reich, da cinquant'anni infesta indisturbato il castello della psicoterapia, della sessuologia e delle medicine naturali e complementari, tanto che i suoi discendenti che tanto devono al loro antenato, preferiscono non ammetterne la presenza. In continuità con questo spirito è il recente numero speciale di *Psycho-neuroendocrinology*, autorevole rivista scientifica americana, dedicato alla neurobiologia dell'amore. C'è una base neuroendocrina e psicobiologica dell'amore, confermano gli studi riportati su *Psycho-neuroendocrinology*, i suoi effetti sul mantenimento della salute e nella cura sono profondi.



Fig. 1 - La produzione di ossitocina in seguito a diversi stimoli fisici

te si adattano alle spinte dell'altro per aumentare l'effetto, non per arrestarlo. Il ritmo ed il tipo di stimolazione afferente ed efferente passano dal campo della metafora a quello del mondo fisico nella forma più evidente, durante l'interazione fisica e in particolare sessuale, in cui fare l'amore può far crescere l'eccitazione fino all'orgasmo".

Come sull'altalena

In questo senso l'amore viene visto come "una forma desiderata di contatto amoroso fisico o simbolico". Amore come stimolazione sensoriale e motoria fornita dal contatto. Contatto nell'utero, contatto con la madre, che poi si organizza in carezze, abbracci, e miriadi di altre interazioni fisiche e simboliche come guardarsi negli occhi, ascoltare la voce l'uno dell'altro, percepire gli odori, condividere le esperienze, le emozioni, la vita. Le gratificazioni derivano dalla stimolazione, non dalla sua mancanza. Persone private di esperienze sensoriali, le creano in modo allucinatorio o ricordano. Viceversa l'aspetto più fisico, quello legato alla convergenza tra vie neurali somatosensorie e viscerosensorie, gioca un ruolo essenziale nell'orgasmo, specialmente nel caso dell'input sensoriale attraverso il capezzolo o la zona vagino-cervicale. Entrambi questi stimoli causano la liberazione di due ormoni dalla ghiandola pituitaria: l'ossitocina e la vasopressina che producono sensazioni eroticamente piacevoli ed eccitazione. La crescita dell'eccitazione che porta all'orgasmo

genitale deriva dall'attivazione, attraverso la stimolazione ritmica, di specifici elementi neurali. Questi elementi sono attivati anche dall'irradiarsi delle risposte eccitatorie attraverso una vasta rete di connessioni dai genitali a vari sistemi corporei.

Il ruolo dell'ossitocina

Ciò è messo in evidenza dalla capacità di semplici stimolazioni locali a mettere in moto ampie risposte comportamentali, autonome e neuroendocrine.

Questi effetti facilitano l'avvio di azioni somatomotorie (facciali, vocali, respiratorie, del tronco e delle gambe) nonché attività visceromotorie (cardiovascolari, secretorie, respiratorie, escretorie) che caratterizzano la risposta sessuale. Uno dei canali di attivazione di queste risposte è quello della secrezione di ossitocina.

Ma queste risposte comportamentali e neurobiologiche così evidenti nella funzione critica della sessualità e dell'orgasmo, sono attive, anche se a grado ed intensità diversi, in tutte le relazioni positive. La scoperta da parte di Uvnas-Moberg (2), secondo il quale livelli costanti ed alti di ossitocina in circolo producono riduzione a lungo termine della pressione del sangue e del ritmo cardiaco, mostra uno dei meccanismi attraverso cui il sostegno positivo influenza direttamente la salute.

I neuropeptidi centrali ossitocina e vasopressina sono implicati nei contatti sociali e nel controllo dell'asse dell'allarme e nel modulare il sistema nervoso autonomo, da cui i grandi benefici della relazione amorosa.

Non è solo suggestione

Le terapie relazionali e le terapie corporee e manipolative adeguate, riducono l'angoscia ed i livelli di cortisolo, stimolando la produzione di ossitocina.

Queste terapie sostituiscono, in persone che ne sono prive e stressate, gli effetti regolatori e curativi di relazioni sociali positive. In conclusione gli effetti delle interazioni relazionali e/o somatiche

mediati dall'ossitocina sono parte di un sistema neuroendocrino che media i benefici delle esperienze sociali positive.

L'ossitocina, tra le sue speciali proprietà, può anche essere condizionata ad essere liberata attraverso immagini o stati psicologici positivi, quindi essere uno dei mediatori degli effetti benefici di terapie relazionali e somatiche.

Gli effetti benefici, preventivi e curativi sulla salute delle esperienze positive in generale e delle varie forme dell'amore in particolare, finora attribuiti a "suggestione" o a fatti "psicologici" irreali, hanno dunque una base fisiologica: un altro tassello nella formulazione della teoria generale della salute e nel processo di ricerca sugli effetti curativi delle medicine complementari.

Note

- (1) possibile solo in quanto culmine di uno sviluppo psicobiologico ben riuscito e completato, perché a sua volta avvenuto in condizioni favorevoli d'amore nel rapporto con la madre e della madre col padre.
- (2) Uvnas-Moberg, K, *Oxytocine may mediate the benefits of positive social interactions and emotions*, Psychoneuroendocrinology, Vol.23, 1998
- (3) Cascone, R, *La rivoluzione di H. Laborit*, Salute è, Settembre 2001
- (4) Cascone, R, *L'Integrazione Sistemica*, Salute è, Dicembre 2001

