

Ora puoi scoprire se sei un tipo facilmente ipnotizzabile

Ricerca italiana smentisce la teoria classica: così sarà più facile sconfiggere il dolore

PSICOLOGIA

VALENTINA ARCOVIO

È una pratica antica e una scienza giovane. L'ipnosi è stata considerata a lungo un'esperienza quasi magica, se non un truccetto. Ma negli ultimi decenni la sua reputazione è cambiata: l'ipnosi si è liberata da un'aura di mistero per assumere lo status di disciplina medica con tanto di possibili applicazioni terapeutiche, che vanno dal trattamento del dolore acuto o cronico alla gestione dello stress, fino alle sedute per alleviare alcune malattie della pelle e per combattere l'insonnia. E poi c'è l'uso in sala operatoria come sostituto o come supporto all'anestesia.

E tuttavia si sa ancora poco sull'ipnosi e per meglio definirla gli scienziati procedono per esclusione. Non si tratta di una forma di sonno né di coercizione mentale. Può invece essere definita come uno stato di coscienza alterato, che sembra coinvolgere i circuiti dell'attenzione e le connessioni dei centri cerebrali coinvolti nella percezione del dolore. Uno studio della Stanford University ha quantificato la suscettibilità all'ipnosi, stimando che solo il 10% della popolazione potrebbe cadere in uno stato ipnotico profondo, mentre il 5% è quasi refrattario e il restante mostra una predisposizione moderata. Finora si ignorava il motivo di queste differenze. Anzi. Un errore comune era quello di considerare, in modo del tutto arbitrario, che la maggiore predisposizione all'ipnotizzabilità fosse

un segno di debolezza, cioè di una personalità con poca forza di volontà. In realtà si è dimostrato che le persone maggiormente ipnotizzabili sono quelle che hanno una maggiore flessibilità cognitiva, con grandi capacità creative e più spiccate abilità di concentrazione ed empatia.

Un'altra ipotesi accreditata suggeriva che la risposta alle suggestioni fosse dovuta a particolari capacità di attenzione che dipenderebbero da una variazione genetica che rende meno efficace la degradazione della dopamina cerebrale. Ora, però, una serie di ricerche effettuate da Enrica Santarcangelo e Silvano Presciuttini del dipartimento di Ricerca Trasazionale dell'Università di Pisa, in collaborazione con ricercatori dell'Azienda Ospedaliera Pisana, ha smentito quest'ultima ipotesi. «Rispetto a studi precedenti condotti su piccoli campioni - spiegano Santarcangelo e Presciuttini sulla rivista "Frontiers in Human Neuroscience" - in un campione di 100 soggetti non abbiamo osservato una correlazione tra alta capacità di risposta alle suggestioni e presenza della variazione genetica considerata precedentemente responsabile dell'ipnotizzabilità». Contrariamente alla maggior parte dei ricercatori, che da sempre si concentrano su quello che accade nei soggetti dopo l'induzione dello stato ipnotico, il team pisano si occupa da tempo delle differenze fisiologiche tra soggetti di alta e bassa ipnotizzabilità nella normale condizione di veglia. «Per noi - continuano - è importante capire se, oltre che nella diversa capacità di accettare suggestioni, i soggetti di alta e bassa ipnotizzabilità differiscono in funzioni e comportamenti della vita quotidiana. In effetti, i nostri studi hanno di-

mostrato che la suscettibilità all'ipnosi è associata a una serie di differenze osservabili anche nello stato ordinario di coscienza e in alcuni casi in assenza di suggestioni. Le differenze riguardano l'elaborazione di informazioni sensoriali, l'efficacia dell'immaginazione, il controllo della postura, dell'andatura e dell'attività cardiaca, oltre che le risposte vascolari allo stress e al dolore e perfino lo stile della comunicazione scritta».

Le ricadute cliniche possono essere importanti. Conoscere il grado di ipnotizzabilità di un paziente, e quindi alcune sue caratteristiche fisiologiche, consente, per esempio, di mettere a punto terapie neuro-riabilitative personalizzate, di controllare il dolore con la sola attività cognitiva e di affinare la prognosi cardiovascolare. «È un campo - conclude Santarcangelo - molto fecondo. Sarebbe straordinario fare di Pisa l'ateneo che promuove le ricerche multidisciplinari sull'ipnotizzabilità, perché siamo gli unici ricercatori al mondo coinvolti in questi studi. Purtroppo la scarsità di risorse ci penalizza. D'altra parte quale colosso farmaceutico finanzierebbe uno studio che può individuare terapie che non richiedono farmaci?».

**E. Santarcangelo
 S. Presciuttini
 Psicologi**

RUOLI: SONO RICERCATORI AL DIPARTIMENTO DI RICERCA TRASLAZIONALE E DELLE NUOVE TECNOLOGIE IN MEDICINA E CHIRURGIA ALL'UNIVERSITÀ DI PISA

