

il fenomeno

di Gianluca Grossi

SONNI INQUIETI Uno studio dell'Università di Montreal

Uomo e donna sono diversi anche negli incubi notturni

Lui affronta terremoti, inondazioni e sparatorie, mentre lei spesso litiga con i suoi cari. È la conferma che i maschi propendono per l'attività fisica e le femmine per i sentimenti

Una ricerca condotta a Oxford qualche anno fa mostrava, da un punto di vista anatomico, le differenze riscontrabili fra il cervello maschile e quello femminile. Nella donna è più sviluppata l'area del linguaggio e dell'intuizione, nell'uomo quella concernente l'attività motoria.

Il cervello maschile possiede il maggior numero di sinapsi (aree di collegamento fra le cellule del cervello) e uno spessore più marcato della corteccia; ma nella donna il «cablaggio» neuronale funziona meglio, mettendo più facilmente in contatto i due emisferi. Altre differenze sono state evidenziate dal punto di vista fisiologico, con ripercussioni su carattere, umore ed evoluzione di patologie legate all'ansia e alla depressione (nelle femmine molto più frequenti). Uomini e donne vivono dunque su pianeti distinti e un'ulteriore conferma si ha oggi da uno studio condotto presso l'Università di Montreal, in Canada, dal quale emerge che sesso forte e debole sognano anche in modo diverso.

Le 572 persone coinvolte nel test e invitate a redigere un diario quotidiano, hanno permesso ai ricercatori di mettere in luce i temi ricorrenti dei sogni nei due sessi, con un occhio di



I numeri onirici

12%

Il 12 per cento delle persone sogna in bianco e nero. La gran parte di noi, a precisa domanda, non saprebbe rispondere se i sogni vissuti nella notte siano o meno a colori

64,9%

Il 64,9% ha riferito di essere consapevole di sognare durante il sogno stesso e il 34% ha riferito di poter talvolta controllare cosa accadeva nei propri sogni

3

I bambini non sognano se stessi fino a 3 anni. Secondo Freud, i sogni infantili sono molto chiari, brevi e coerenti. Solo dalla terza infanzia inizia il sogno simbolico

riguardo per gli episodi più «terrificanti». È emerso che quando l'uomo è vittima di un

SITUAZIONI

Il sesso forte immagina mondi fantastici, quello debole i pedinamenti

«brutto sogno» ha soprattutto a che fare con terremoti, inondazioni, conflitti a fuoco; la donna con problemi interpersonali, litigi, e incomprensioni. È un retaggio evolutivo. Dalla notte dei tempi, infatti, l'uomo ha il compito di valere soprattutto dal punto di vista fisico, dimostrando di sapere pro-

teggere il nucleo familiare da calamità naturali e scontri con altri individui, la donna da quello «sentimentale».

«Senza dubbio vi possono essere differenze fra i sogni maschili e quelli femminili», racconta Luca Ambrogio, primario neurologo dell'Ospedale di Cuneo, «partendo dal pre-

supposto che i sogni hanno un elevato contenuto emotivo, e che la sensibilità femminile è

OSSESSIONI

Le situazioni erotiche dominano la mente soprattutto dei signori

più spiccata di quella maschile». L'uomo inoltre sogna di volare, raggiungere mondi fantastici e irreali, la donna di essere attaccata da un animale feroce o pedinata. Entrambi fanno sogni a sfondo sessuale - compreso quello di ritrovarsi a vestire i panni di un individuo dell'altro sesso - ma nell'uomo sono più frequenti.

Ma quanto reali e attendibili possono essere considerati i risultati ottenuti dall'equipe canadese? «La verità è che abbiamo una conoscenza formale e

non sostanziale dell'attività onirica, di fatto allucinatoria e caotica», continua Ambrogio. «In genere si ricorre a un diario per annotare i sogni, tuttavia quello che ricordiamo è solo l'ultimo o quello sviluppatosi in concomitanza con il risveglio. Comporta un limite qualitativo e quantitativo dell'esperienza maturata nel sonno, per cui si rischia di valutare solo in parte il reale contenuto onirico».

Ecco perché, ancora una volta, è lo stesso Freud

(capostipite delle ricerche sui sogni) a vacillare. «Anche la teoria freudiana, infatti, rischia di cadere di fronte a queste indicazioni della scienza moderna», prosegue Ambrogio. «Di fatto lo scienziato austriaco aveva basato i suoi studi sui classici ricordi onirici, che però possono essere fuorvianti e limitati». La ricerca di Montreal ha anche permesso di valutare la differenza fra un incubo vero e proprio e un «brutto sogno». Solo nel primo caso, infatti, si possono avere gravi ripercussioni sulla quotidianità, con compromissione definitiva del sonno e uno stato di allerta costante che si ripercuote sulla salute generale.