

42

Costume e attualità

PANICO E FOBIE

QUANDO LA PAURA PUÒ SALVARCI LA VITA

DI SERENA BASCIANI E
VALENTINA DE NICOLA

Paure, fobie, attacchi di panico. Quanti di noi hanno provato quella paura folle, quel panico che paralizza, almeno una volta?

Avete mai pensato cosa vorrebbe dire non avere paura di nulla? Essere totalmente incapaci di temere l'ignoto? Succederebbe quello che succede ogni giorno ad una donna che, a causa di una malattia, è divenuta praticamente insensibile alla paura. La neurologa Justin Feinstein, della University of Iowa, ha

esposto la particolarità di questo caso unico al mondo; "la donna senza paura" sarebbe priva dell'amigdala, quella parte del cervello nella quale vengono registrate le paure e che mette in guardia il nostro organismo in situazioni pericolose innescando tutta una serie di meccanismi difensivi istintivi come la fuga o il bisogno di gridare aiuto. La donna oggetto di questo studio da parte della neurologa americana avrebbe perso l'amigdala a dieci anni in seguito ad una malformazione

genetica. La studiosa avrebbe sottoposto la sua paziente a numerosi test per capire quale fosse il grado di insensibilità verso il rischio, racconta Feinstein: "Durante Halloween, abbiamo portato SM al Waverly Hills Sanatorium, nel Kentucky, un vecchio ospedale abbandonato per malati di tubercolosi ritenuto uno dei posti più spaventosi della terra e che una volta l'anno ospita una casa del terrore piena di mostri, assassini e fantasmi". Pare che durante questo tour dell'orrore la

donna non abbia mostrato nessuna esitazione nell'aggiarsi tra i corridoi desolati e spettrali dell'ospedale. Al di là delle ingiustificate fobie che ognuno di noi sviluppa durante la propria vita a causa dei traumi, infantili e non, la paura svolge un ruolo determinante nella nostra quotidianità, pare infatti un miracolo il fatto che questa donna, di 44 anni, priva dell'amigdala sia ancora viva. Abbiamo sentito il parere dello psichiatra Alessandro Meluzzi.



ALESSANDRO MELUZZI

psichiatra e psicoterapeuta, docente di Genetica del Comportamento Umano e di Salute Mentale all'Università di Torino.

Quanto la paura ci difende da effettivi pericoli?

La paura è strettamente connessa alla memoria, legata al ricordo di eventi sgradevoli; Si pensi ad un bambino senza il ricordo di una scottatura, non possederebbe la ragionevole paura del fuoco. Memoria e paura sono equivalenti, senza memoria non c'è apprendimento delle funzioni difensive. Per fare un altro esempio: attraverso la paura del fallimento noi sviluppiamo la voglia di superare un esame, di non fallire di nuovo. L'assenza di paura genera una vita priva di passione o di emozione, una vita che definirei menomata.

Quali sono le paure più diffuse?

Di solito sono connesse alla sopravvivenza. Paura del buio, del vuoto, della morte, di un aggressore improvviso. Altre sono legate alla memoria collettiva, agli archetipi, per esempio la paura di alcuni animali come insetti e ragni, che non rappresentano oggi un effettivo

vo pericolo per l'uomo.

Qual è il limite tra paura e fobia?

La paura si trasforma in fobia quando è irrazionale e sradicata da una sua ragione come funzione protettiva. È normale che uno scalatore abbia paura del vuoto, ma se non c'è possibilità di salire su una montagna, questa paura diviene ingiustificata e sostitutiva, perché non fa parte dei rischi reali.

Gli attacchi di panico sono stati il male del secolo. Una malattia che scaturisce fondamentalmente dalla paura. Un'improvvisa ondata di paura collettiva?

Sì, una paura legata ad una patologia dei meccanismi della perdita, della sensazione di essere abbandonati e non assistiti. È qualcosa che metterei al confine con i disturbi dell'umore, non a caso si cura con gli antidepressivi. L'attacco di panico ha a che vedere con le funzioni dell'emotività.●

FOBIE CURIOSI

Caligynefobia: paura persistente, anomala e ingiustificata delle belle donne.

Philematofobia: paura folle di baciare.

Gonofobia: paura degli angoli di case e palazzi.

Ciberfobici: paura alla vista di un computer.

Moritomologia: paura di toccarsi l'ombelico.

Ablutofobia: paura di lavarsi o fare il bagno.

Cacofobia: paura della bruttezza.

Dextrofobia: paura degli oggetti alla destra del corpo.

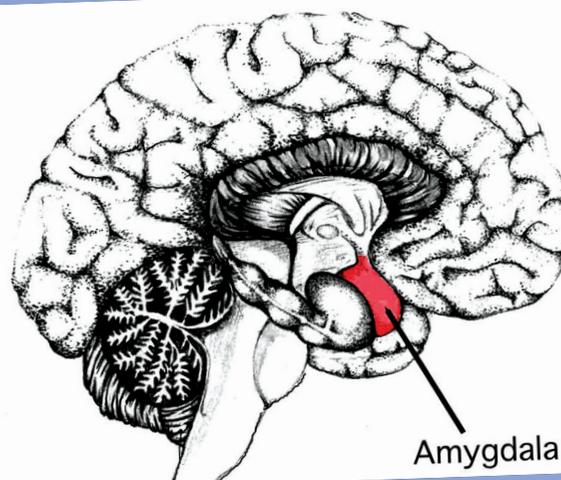
Eufobia: paura di sentire buone notizie.

Genufobia: paura delle ginocchia.

Ommetofobia: paura degli occhi.

Tricofobia: paura dei capelli.

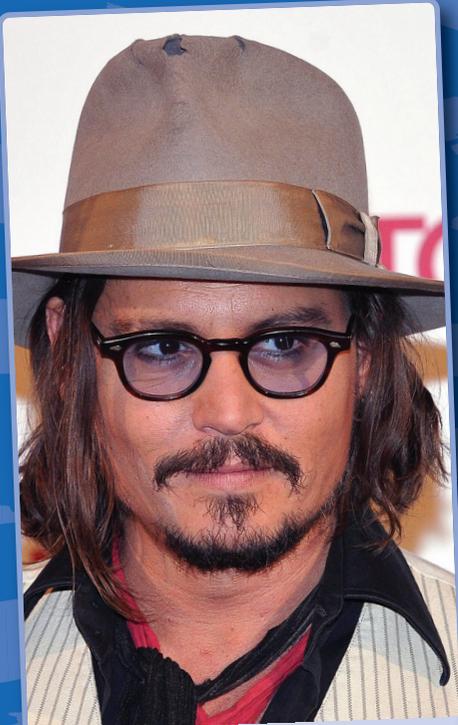
Ipnofobia: paura di dormire.



44

Costume e attualità

FOBIE DA



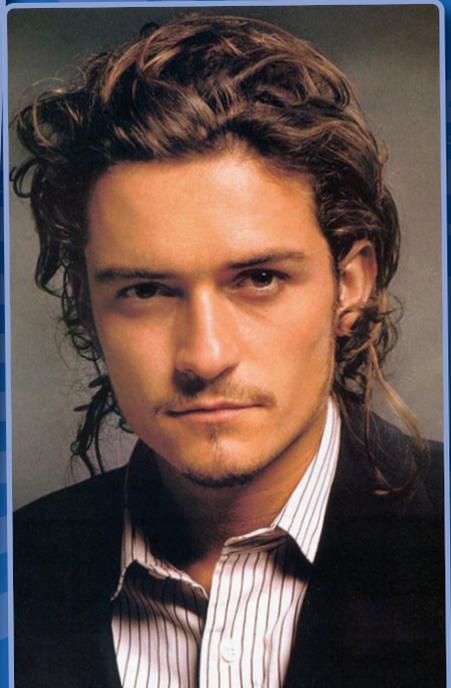
Johnny Depp

Il trasformista per eccellenza, celebre nei ruoli di Edward mani di forbici e Jack Sparrow, ha la fobia dei Clown.



Pamela Anderson

Ironia della sorte, la sex bagnina di Baywatch, ha paura degli specchi, teme di vedere la sua immagine riflessa.



Orlando Bloom

Pare che l'attore abbia una paura folle dei maiali, tanto da darsela a gambe levate non appena se ne trovi uno al cospetto.



Valerio Mastandrea

L'attore romano ha la fobia di volare. Nonostante il suo lavoro, evita ogni circostanza che lo porterebbe a mettere piede su un aereo.





VIP



Nicole Kidman

La bella attrice australiana trema alla vista di un esserino per molti delizioso... la farfalla!



Woody Allen

Ha fatto spesso parlare di sè per le sue proverbiali ipocondrie e paure, tra le quali ricordiamo quella del sole, della folla e dei bambini.



Scarlett Johansson

La sexy e brava attrice soffre di un paura piuttosto diffusa tra le donne: va nel panico alla vista di uno scarafaggio.

Paola Perego

Chi ha seguito il reality "La talpa", conosce la fobia della conduttrice. Durante il corso del programma ha infatti più volte dichiarato di non poter sopportare la vista dei topi.

