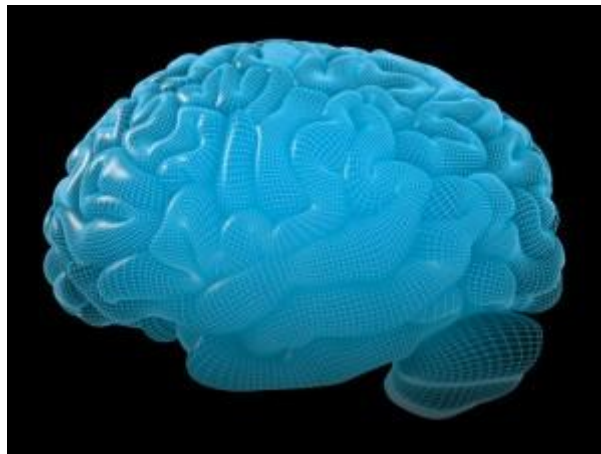


## LA DIPENDENZA E' UNA MALATTIA



*Se pure l'uomo può diventare schiavo dei propri costrutti,  
può anche guadagnare di nuovo la propria libertà,  
ri-costruendo la propria vita.*

*George A. Kelly*

*Autore  
Gianluca Bernabai*

Nel 1990, **Rita Levi Montalcini**, premio Nobel per la medicina, dichiara:

*<<Esiste una predisposizione biologica in chi diventa consumatore abituale di droghe. La ricerca deve muoversi su queste basi>> (Montalcini, 1990).*

Successivamente **Daniel Bovet**, premio Nobel per le neuroscienze, intervistato per esprimere un parere da quanto affermato dalla collega, afferma: *<<Sono dello stesso parere della Levi Montalcini, ho studiato in laboratorio a fondo il problema e posso dire che ci sono ceppi di animali che sono molto più sensibili ai vari psicofarmaci, soprattutto alla morfina, alla cocaina e all'eroina. Sicuramente ci sono delle grandi predisposizioni. Un fenomeno simile era stato scoperto da tempo anche nell'uomo. Ci sono dei bambini infatti che hanno certamente una predisposizione alla tossicodipendenza, a cominciare dall'alcol>> (Bovet, 1990).*

**Agenda Post, V CONFERENZA NAZIONALE SULLE POLITICHE ANTIDROGA, Organizzata dalla Presidenza del Consiglio dei Ministri: Trieste 12-14 MARZO 2009:**

*<<Non va dimenticato infatti che la tossicodipendenza non è una scelta, ma una malattia che si basa fundamentalmente sull'annullamento della volontà del soggetto, mediante precisi meccanismi neuropsicologici legati direttamente all'effetto delle sostanze e alle caratteristiche di vulnerabilità individuali ed ambientali della persona malata.*

*Se così è, risulta chiaro che queste persone vanno aiutate a ritrovare il loro stato fisiologico di piena autonomia, libertà e responsabilità decisionale e, conseguentemente, di controllo volontario dei comportamenti e delle loro scelte di vita>>.*

**Il ripristino dello stato fisiologico:**

*<<A questo proposito, risulterà fondamentale riuscire a promuovere e sviluppare anche nuove linee di ricerca scientifica nell'ambito delle neuroscienze e del neuroimaging, non solo quindi nel campo epidemiologico o farmacologico, che riescono a farci comprendere meglio i meccanismi del craving, del controllo volontario del comportamento e dei fattori neuropsichici, educativi e sociali che stanno alla base del successo o dell'insuccesso delle terapie. Questo in molti Paesi è già il presente, mentre in Italia potrebbe rappresentare un futuro interessante ed utile al riorientamento della pratica clinica e riabilitativa. Per fare questo è necessario che le Organizzazioni ritrovino unità di intenti e di vedute>>.*

Vogliamo citare una frase del famoso diplomatico **Henry Kissinger**, che alla domanda di un intervistatore televisivo su quale fosse la cosa più importante che l'America avesse regalato al mondo, rispose dicendo: **<<Il programma di A.A.>>**.

**Bill Wilson**, cofondatore di A.A., è stato inserito in America, tra i 10 personaggi più importanti del secolo scorso.

A questo punto del nostro viaggio all'interno delle dipendenze del terzo millennio riteniamo opportuno fornire un quadro d'insieme della cosiddetta neurobiologia della dipendenza, riassumendo - per quanto possibile, vista la complessità della materia - i punti chiave sui quali ad oggi generalmente concorda la comunità scientifica internazionale impegnata nella ricerca nel campo delle neuroscienze.

- L'assunzione di sostanze causa plasticità nei circuiti neurali della gratificazione, della motivazione, dell'apprendimento, del controllo inibitorio, delle funzioni esecutive.
- *Addiction (termine preferibile a quello di tossicodipendenza perchè troppo legato quest'ultimo alla dipendenza fisica come viene descritta nel DSM-IV, il manuale diagnostico e statistico dei disturbi mentali)* è la perdita di controllo che spinge all'assunzione di sostanze nonostante la consapevolezza del soggetto sulle conseguenze negative che tale assunzione comporta.

**Addiction è, più precisamente, una disfunzione dei circuiti cerebrali della gratificazione (*brain reward centers*) deputati naturalmente alla sopravvivenza dell'organismo e della specie.**

- L'influenza genetica sui tratti di personalità (*impulsività, propensione al rischio, risposta allo stress*) incide al 60% sulla vulnerabilità alla dipendenza.
- L'alcol e altre sostanze alterano i processi di volontà dirottando i meccanismi cerebrali (*hijacking*) implicati nella ricerca di rinforzi naturali e indebolendo i meccanismi inibitori di tali processi, portando a una progressiva perdita di controllo sull'assunzione di sostanze.
- Iperstimolando il sistema dopaminergico del cervello le sostanze possono creare memorie estreme (*extreme memories*), deformando un sistema ancestrale di apprendimento, fino alla dipendenza.

Lo ha dichiarato al **Boston Globe** **Steven E. Hyman**, neuroscienziato della **Harvard University**.

Hyman spiega che la dopamina è altamente implicata nelle abilità di sopravvivenza dell'uomo e consente la creazione di solide memorie legate a beni primari quali il cibo e le sorgenti d'acqua.

*<<... E' come se la chimica - sostiene Hyman - dicesse al cervello 'questo è di importanza fondamentale, ricordati esattamente come lo abbiamo fatto'. Allo stesso modo, quando una sostanza produce sovrabbondanza di dopamina, il cervello entra in una fase di sovrapprendimento (overlearn), fissando nella memoria una solida associazione fra droga e "bene"; e queste associazioni restano salde in memoria per lungo tempo, forse per tutta la vita>>.*

Secondo l'Organizzazione Mondiale della Sanità il craving è il desiderio intenso e compulsivo di sperimentare gli effetti di una sostanza psicoattiva usata in passato.

Un tempo ritenuto espressione della sindrome di astinenza, il craving compare per lo più a seguito di uno stimolo evocante la sostanza, ma talora anche apparentemente "a ciel sereno". Tende ad attenuarsi col tempo, ma può comparire anche dopo anni di astinenza.

Un altro studio interessante deriva dagli elaborati di Steven Hayman, il quale affronta il tema su quanto i circuiti di apprendimento e della memoria possono essere coinvolti nella dipendenza. Poiché la dopamina facilita l'apprendimento condizionato (*un processo mediato in parte dall'amigdala*), l'associazione dell'esperienza piacevole legata all'uso di sostanza, con l'aumento di dopamina, può originare un forte condizionamento, non solo verso la droga, ma anche per gli stimoli che ne anticipano l'uso (*per esempio la casa dello spacciatore, le siringhe, ecc.*). Attraverso le memorie, stimoli inizialmente neutri diventano significativi, producendo una risposta neurale (*per esempio un incremento dopaminergico*) che origina la motivazione a procurarsi droga. Questo è significativo per l'aumentato desiderio verso la droga e gli stimoli droga correlati.

La rivoluzione copernicana è la scoperta della plasticità del cervello, organo soggetto a continui cambiamenti indotti dai rapporti con l'ambiente, dalle esperienze, dalle sostanze con cui entra in contatto. Nel tempo, il nostro cervello diventa la fotografia della vita che abbiamo condotto. La sua specializzazione, quindi, non è fissata una volta per tutte dall'anatomia o dai geni, ma è il risultato di quello che ci è capitato. Per decenni, il dogma prevalente nelle neuroscienze era quello della fissità e dell'immutabilità del cervello adulto. Oggi si sa invece che la neuroplasticità è una caratteristica permanente, e che anche un "vecchio" cervello, non solo quello di un bambino, può subire modificazioni fisiche significative. Una scoperta rivoluzionaria, perché se un cervello può cambiare, e quindi può ammalarsi in seguito a eventi e situazioni che ha subito, la strada non è a senso unico: sul cervello si può attivamente agire per modificarlo, e quindi per guarirlo, applicando pensiero e volontà in una sorta di "rieducazione emozionale". Perché si è visto che anche l'attività puramente mentale e il semplice pensiero possono cambiare il cervello.

Se l'alcolismo e le tossicodipendenze vengono considerate malattie, le persone che ne sono colpite non sono più malvagie o irresponsabili, ma semplicemente malate, e come tali hanno diritto ad attenzione, dignità, aiuto e trattamento. Essi possono, inoltre, subire meno la colpa e la vergogna degli errori passati se si concentrano invece sui cambiamenti da attuare nel presente per mantenere la sobrietà e la pulizia.

Possiamo dunque ritenere il dipendente responsabile del proprio comportamento, se non può controllarlo?

Partendo da qui, cercheremo un percorso di vita nuovo, costruito con coraggio e pazienza, volto a colmare quel vuoto che le sostanze ci hanno lasciato. Noi crediamo che tramite la consapevolezza di questa verità, nascerà una nuova persona disposta a rimettersi in gioco tramite una nuova filosofia di vita:

**NON SEI RESPONSABILE DELLA TUA DIPENDENZA, MA LO SEI DEL TUO RECUPERO...**