Illusioni d'amore: l'eterna battaglia fra innamoramento e disincanto

Prof.ssa Alessandra Graziottin
Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica
H. San Raffaele Resnati, Milano

«E' finita male l'ultima storia importante della mia vita, la quarta. Riflettevo in questi giorni su che cosa hanno in comune le mie storie: all'inizio il lui di turno mi sembra bello, intelligente, simpatico, divertente, perfino unico, e io mi innamoro pazzamente. Dopo uno o due anni, comincio a vedere difetti e limiti, mentre le qualità si sfocano. Aumentano i litigi, lui diventa un estraneo e la delusione è tremenda. Ma che cosa ci ho trovato? mi chiedo. Lei come lo spiega?».
Chiara F.

Gentile Chiara, le spiegazioni sono molteplici. Dal punto di vista biologico, l'innamoramento fisico, "di pelle", nasce da una forte attrazione scatenata dai feromoni: sostanze sessualmente attraenti, che creano intorno a noi una "nuvola" olfattiva invisibile agli occhi, ma potentissima per il nostro cervello arcaico, il rinencefalo. Questa nuvola è unica per ciascuno di noi, come l'impronta digitale. E' codificata dal nostro sistema immunitario (sistema maggiore di istocompatibilità) ed è finalizzata a creare attrazione fra due persone, uomo e donna, che hanno la massima compatibilità riproduttiva, ossia la probabilità di avere figli molto vitali.
Il "riconoscimento" avviene nel rinencefalo, la parte più arcaica del cervello, dove i feromoni arrivano lungo il nervo olfattorio dopo essere stati percepiti dall'antenna parabolica costituita dalla mucosa del naso che, distesa, occuperebbe un'area di un metro e mezzo quadrato, con miliardi di neuroni. La durata di questa attrazione fortemente biologica è di circa due anni nella maggioranza dei soggetti, e ha poco a che vedere con il raziocinio. Può intrecciarsi a un innamoramento fatto di solide affinità e di progetti condivisi, fino alla scelta di costruire una famiglia insieme, oppure, in assenza di questi, finire nella rottura.
La seconda grande componente dell'innamoramento è psicologica. Vi contribuiscono bisogni e desideri, caratteristiche emotive e affettive, educazione, affinità elettive e passioni. E' tanto maggiore quanto più forte è il bisogno d'amore. Questo diventa urgente e pervasivo quanto più sono intensi il sentimento di solitudine, di vuoto, di mancanza di significato nella vita, e il bisogno di sognare per fuggire da un quotidiano grigio.
Jole Baldaro Verde, medico e psicoterapeuta straordinaria, e per me Maestra impareggiabile, nel suo libro "Illusioni d'amore" (Cortina Editore, 1984) sosteneva che un travolgente bisogno d'amore può indurci "a mettere gli abiti dell'imperatore anche su un palo della luce": per dire quanto le qualità che noi riteniamo di vedere nell'altro, o nell'altra, siano spesso puramente proiettive, vere illusioni prodotte nella nostra mente, e finiscano per non reggere la prova della realtà quotidiana. Se le illusioni d'amore si ripetono, è prezioso l'aiuto di uno psicoterapeuta competente che ci aiuti a capire quali vuoti e problemi interiori alimentino le illusioni d'amore, per superarli.

© 2024 - RCS Periodici - www.alessandragraziottin.it

Pillole di salute

«Ho 48 anni, e dopo aver preso un antiulcera per tre mesi mi sono venute secrezioni di latte al seno. Possibile? Non è cambiato nient'altro nella mia vita!».
Anna (Pisa)

Sì, alcuni di questi farmaci alzano i livelli di prolattina, l'ormone che, come dice il termine, promuove la produzione del latte dalle mammelle: un fenomeno chiamato "galattorrea" quando si verifica al di fuori dell'allattamento. Se i livelli aumentano molto e in modo persistente, bloccano reversibilmente anche l'attività delle ovaie e il ciclo mestruale. Il dosaggio della prolattina nel sangue può confermare l'ipotesi diagnostica.
Se il dolore allo stomaco è scomparso, la sospensione dell'antiulcera è sufficiente a riportare la prolattina ai livelli normali, con scomparsa della galattorrea e ripresa del ciclo mestruale nel giro di uno-due mesi.

«Perché l'herpes virus mi recidiva sempre in estate, al mare?».
Carola P.

La prolungata esposizione ai raggi ultravioletti (UVA) può deprimere il sistema immunitario, facilitando la proliferazione aggressiva del virus dell'herpes.
Dopo una prima infezione, l'herpes si nasconde dentro le nostre terminazioni nervose, pronto ad attaccare quando il sistema immunitario è depresso, per eccesso di UVA ma anche di stress.

© 2024 - RCS Periodici - www.alessandragraziottin.it