Il profumo della felicità

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

Quanto è importante l'olfatto nella nostra vita affettiva? Che cosa ci succede quando l'olfatto è leso? Il lavoro clinico con donne che hanno subito una persistente riduzione dell'olfatto ("iposmia") fino alla perdita totale della funzione ("anosmia") mostra come questo senso abbia nella nostra vita un ruolo cardinale. Se il microscopico epitelio della mucosa olfattiva venisse disteso avrebbe un'estensione di circa un metro quadrato e mezzo: un'enorme parabolica odorosa aperta sul mondo, in grado di recepire miriadi di segnali chimici. Tra questi, i feromoni: «sostanze che hanno una composizione chimica di tipo ormonale, secrete all'esterno di un individuo, che stimolano risposte comportamentali o evolutive, in soggetti della stessa specie», secondo la prima definizione di Karson e Luscher (Nature, 1959). Comportamenti ed emozioni cardinali, fra cui la paura, il panico, l'attrazione o la repulsione.

L'olfatto è l'unico sistema sensoriale che si connette direttamente con i centri che controllano il comportamento e le emozioni di ricompensa. Le persistenti lesioni olfattive indicano sia il livello di neuro-infiammazione, ossia l'intensità dell'incendio biochimico che divampa nel cervello quando viene attaccato da agenti lesivi, in questo caso il Covid-19, sia le importanti aggregazioni di sintomi e lesioni ("comorbilità") di cui l'anosmia è uno tra i più rapidi nel comparire. Il 52-73% delle persone infette da Covid-19 ha sofferto di disfunzioni olfattive. In circa un quarto (26,6%) sono state il sintomo di esordio. L'anosmia spesso anticipa altri sintomi neurologici: astenia, affaticabilità, lo svegliarsi il mattino già morti di stanchezza fisica e mentale, con conseguenti difficoltà di attenzione, concentrazione e memoria, quella nebbia nel cervello ("brain fog") che umilia e contribuisce alla depressione post Covid. Le donne sono le più colpite sul fronte olfattivo, con un picco tra i 30 e i 50 anni.

Sul fronte della sessualità, molto è stato scritto sulle relazioni sociali e su quanto la depressione e l'ansia causate dalla pandemia abbiano ridotto il desiderio sessuale e procreativo, con meno di 400.000 nati lo scorso anno, record negativo dall'inizio dell'unità d'Italia. Nemmeno le due guerre mondiali erano riuscite a causare questa fuga di cicogne dalle italiche case: a riprova che molte coppie hanno optato per una nirvanica astinenza. Resta poco esplorato l'impatto della persistente perdita acuta dell'olfatto sull'affettività e sulla sessualità.

Un'interessante prospettiva è quella longitudinale, iniziando dalla nascita, su cui oggi mi focalizzo. Alcuni casi di Covid-19 contratto al momento del parto durante il primo lockdown (febbraio-marzo 2020), con anosmia persistente nella mamma (dei neonati non sappiamo quasi nulla), mi hanno fanno riflettere su quanto il mancato riconoscimento olfattivo del bambino («il profumo del mio bambino») possa colpire a fondo l'attaccamento affettivo, l'amore tra mamma e piccolo. Con un effetto ancora più traumatico per le donne che avevano già un bimbo o una bimba, e che quindi hanno potuto sentire in modo più profondo e sofferto quanto questa perdita possa colpire al cuore l'essenza dell'amore esclusivo tra con il piccolo. La lesione dei neuroni dell'olfatto impedisce al cervello di ricevere segnali chimici essenziali per la nostra vita emotiva e affettiva: i feromoni appunto. Essenziali anzitutto nel mediare l'attaccamento tra mamma e bambino (insieme alle "cellule d'amore", le stem cell che, migrando dal feto al cervello della

mamma durante la gravidanza, la predispongono biologicamente a un maggior amore per il piccolo). Sono strategie evolutive sinergiche per garantire che il piccolo d'uomo, il più vulnerabile e fragile tra i mammiferi, possa ricevere la protezione e le cure dedicate che ne possano garantire la sopravvivenza. Le mamme sane mostrano una chiara preferenza per l'odore corporeo del proprio bimbo. Le mamme con difficoltà di attaccamento e/o depresse non riescono a riconoscere l'odore della propria creatura. Che cosa dicono le neo-mamme persistentemente anosmiche dopo il Covid? «Non riesco a sentire nessun profumo della mia bimba, della sua pelle, dei suoi capelli. Nessun odore, nemmeno quando è ora di cambiarla!»; «Ho un brutto senso di distacco, di distanza, come se non fosse mia»; «Mi sento in colpa con il secondo bimbo. Con la prima, sentivo il suo profumo, e subito me la stringevo al cuore sorridendo, e la coprivo di baci. Con il secondo queste emozioni bellissime non le ho. Questo Covid mi ha rubato il profumo della felicità…».