

Indice

Introduzione	1
Bibliografia.....	5
PRIMA PARTE. LO STATO DELLE SCIENZE DELLA MENTE E DELLA CLINICA	7
Capitolo 1. La psichiatria biologica e i suoi critici	9
La scoperta casuale dei farmaci psicoattivi.....	10
<i>La psichiatria biologica come ideale scientifico</i>	11
<i>I critici del paradigma biologico</i>	12
La nuova frontiera della psichiatria biologica: l'immunopsichiatria	16
La psicofarmacologia e la psichiatria biologica	17
E gli antipsicotici quanto funzionano?	20
L'ultima tentazione: drogare il cervello delle persone con disturbi psichici	20
Bibliografia.....	23
Capitolo 2. Le neuroscienze e la filosofia della mente	27
Le neuroscienze	27
<i>Il riduzionismo, la tendenza fondamentale nella scienza del cervello</i>	27
<i>LeDoux ripensa l'amigdala e la paura</i>	30
<i>Damasio ripensa emozioni e sentimenti</i>	31
<i>Kandel per l'unità tra biologia e psicologia</i>	33
<i>Anche la neurologia è in movimento</i>	34
<i>Per concludere sull'attuale stato delle neuroscienze</i>	34
La filosofia della mente.....	35
<i>Comportamentismo, neopositivismo logico, filosofia analitica</i>	35
<i>Dal comportamentismo analitico all'identità mente-cervello</i>	37
<i>Riduzionismo fisicalista e materialismo eliminativo</i>	39
Conclusioni sulla filosofia riduzionista, con una nota sulla filosofia della Psiconeuroendocrinoimmunologia	42
<i>La filosofia della Psiconeuroendocrinoimmunologia</i>	43
Bibliografia.....	46

Capitolo 3. Le tradizioni psicologiche	51
La psicoanalisi contemporanea critica verso la tradizione e aperta alla contaminazione	51
La spinta critica e trasformatrice della “terza ondata” (<i>third-wave</i>) del cognitivismo	56
Tracciare un filo rosso	59
<i>William James e Pierre Janet: le relazioni psiche-cervello-corpo e l'unità di medicina e psicologia</i>	59
La complessità in psicologia: Jung e Bateson	62
<i>Jung, innovazioni nella teoria e nella pratica terapeutica (con una grave macchia)</i>	62
<i>Gregory Bateson: la mente come relazione</i>	67
Reich, Perls, Fenichel, Fromm, Vygotskij, Lurija: il corpo e la società in una visione unitaria	70
Franz Alexander, un nuovo paradigma per la psicologia e la medicina	77
La centralità delle prime fasi della vita: da Bowlby e Winnicott all'Infant research	84
Conclusioni.....	86
Bibliografia.....	87

SECONDA PARTE. COME FA UNO STATO MENTALE A INFLUENZARE LA BIOLOGIA E VICEVERSA? 93

Capitolo 4. Psiche e sistemi biologici. Le vie della comunicazione bidirezionale	95
Che cos'è la psiche?	95
Alcuni punti fermi sulla psiche	97
Le vie di comunicazione bidirezionale tra la dimensione psichica e quella biologica	98
Quali vie segue un fenomeno psichico per produrre modificazioni biologiche? La neuroinfiammazione indotta dallo stress	103
Bibliografia.....	104

Capitolo 5. Gli stati psichici si traducono in molecole biologiche: le prove	109
L'epigenetica	109
I marker molecolari delle avversità nella gravidanza e nelle prime fasi della vita	111
Le avversità nell'infanzia	114
<i>I marker molecolari che indicano la persistenza delle avversità nell'infanzia nel resto della vita</i>	115
<i>Trasmissione epigenetica del trauma inter e transgenerazionale</i>	116
Stati psichici, disturbi psichiatrici e influenze sulla biologia	118
<i>La solitudine e l'isolamento sociale</i>	118
<i>Avversità, conflitti interpersonali e disuguaglianze sociali</i>	121
<i>Depressione e altri disturbi psichiatrici</i>	123
<i>Un ulteriore ordine di prove: lo stress riduce l'efficacia del vaccino</i>	126
Efficacia biologica della psicoterapia e degli interventi mente-corpo	127
<i>Reversibilità della segnatura epigenetica e regolazione dei mediatori dell'infiammazione attraverso interventi psicologici e mente-corpo</i>	127

Conclusioni	129
Bibliografia.....	129
Capitolo 6. Stati biologici e disturbi psichici: le evidenze.....	139
Dal corpo alla mente	139
<i>Nutrizione.....</i>	141
<i>Il cibo modulatore epigenetico delle cellule immunitarie e cerebrali.....</i>	142
<i>La nutrizione come terapia in psicologia e psichiatria</i>	143
<i>Nutraceutici e integratori alimentari</i>	146
Attività fisica	152
<i>Ambiente fisico e salute mentale</i>	155
<i>Calore, cervello e stati psichici.....</i>	155
<i>Rumore, cuore e amigdala.....</i>	156
<i>Inquinamento dell'aria</i>	156
<i>L'esposizione al verde e al silenzio, una terapia psichica formidabile</i>	157
Interventi fisici con effetti mentali	157
<i>L'azione sul corpo in psicoterapia.....</i>	157
<i>Neuromodulazione su base fisica con effetti psichici.....</i>	161
Conclusioni	163
Bibliografia.....	163
TERZA PARTE. ASSESSMENT E TRATTAMENTO PSICOLOGICO E MEDICO CONGIUNTO.....	173
Capitolo 7. Assessment psicologico e biomedico congiunto.....	175
Diagnosi medica e psichiatrica.....	175
Siamo dentro un processo di crisi globale con aspetti catastrofici per la società e per la psiche individuale	177
A completare il quadro, la rivoluzione tecnologica in corso.....	180
Un parziale e succinto atlante della sofferenza contemporanea	185
<i>Iperconnessione e solitudine</i>	185
<i>Liberalizzazione del sesso e ritiro dalla pratica della sessualità</i>	186
<i>D eclino culturale del patriarcato e diffusione dei valori maschili di concorrenza, supremazia e successo che schiacciano le donne e le minoranze sessuali e di genere</i>	187
<i>Società dei consumi e mondo compulsivo: il dilagare delle dipendenze.....</i>	189
<i>Crescita della ricchezza delle nazioni e aumento al loro interno della povertà e della precarietà.....</i>	189
<i>Smisurata possibilità di accesso alla conoscenza e declino delle funzioni cognitive.....</i>	190
<i>Bugie, verità, percezione di sé e salute</i>	191
Un modello di valutazione integrata del paziente	191
Bibliografia.....	193
Capitolo 8. Programma di cure integrate con esempi clinici.....	195
Giovanna, la depressione maggiore di tipo cronico.....	197
<i>Commento delle analisi ematiche e inquadramento diagnostico</i>	198
<i>Trattamento terapeutico integrato proposto.....</i>	202

<i>La prescrizione galenica</i>	202
<i>Risultati dopo due mesi di trattamento integrato</i>	203
<i>Risultati dopo otto mesi di trattamento</i>	204
Carlotta, ansia e disturbo di panico	205
<i>Inquadramento diagnostico e trattamento terapeutico integrato proposto</i>	207
<i>Risultati dopo due mesi di trattamento integrato</i>	209
<i>Risultati dopo tre mesi di trattamento integrato</i>	211
Una conclusione che è un'apertura	211
Bibliografia	213
Conclusioni. È il tempo del cambiamento	217
Il contesto attuale è segnato da fenomeni epocali	217
La psicologia e la psicoterapia all'altezza della sfida	220
Bibliografia	222
Appendice. La teoria polivagale. Una teorizzazione sbagliata su un circuito nervoso di grande rilievo	223
L'errore fondamentale	224
Lo psicologo, un meccanico del servofreno vagale	224
La struttura della teoria polivagale	225
Critica delle proposizioni principali della TPV	226
<i>L'evoluzione del sistema nervoso autonomo: non c'è traccia nella letteratura scientifica delle affermazioni di Porges</i>	226
<i>L'innervazione del cuore non solo non è gerarchica, ma simpatico e vago sono interconnessi anche anatomicamente</i>	226
<i>La regolazione vagale ha bisogno del simpatico</i>	227
<i>La regolazione dell'infiammazione ha bisogno sia del vago sia del simpatico</i>	228
<i>Il freezing non è determinato dal vago rettiliano</i>	228
<i>Infine, sull'evoluzione del cervello</i>	230
La manipolazione vagale: applicazioni cliniche	232
Bibliografia	234