

Prefazione

Una sintesi potente e chiara

Nel *Simposio*, Platone parlando della natura delle cose in termini di bellezza che si svela e quindi della conoscenza come capacità di leggere la bellezza della realtà, si rivolge a colui che si occupa di questa ricerca, oggi potremmo dire allo scienziato, ammonendolo a non rimanere “affezionato, come un servo di casa, a un solo aspetto della bellezza... o di una sola attività” ma essere capace di “contemplare il vasto mare della bellezza”.¹

Un invito che ci ricorda come lo sguardo delle singole scienze è parziale ma la realtà indagata, sia esso l'essere umano o la salute, è una. E si tratta sempre di una realtà non isolata ma situata in un contesto, e inestricabilmente interagisce e coevolve con questo.

Questa esigenza di approfondire il particolare senza dimenticare le più vaste connessioni e implicazioni è una esigenza sempre più avvertita nel momento in cui le possibilità tecnologiche della ricerca hanno enormemente amplificato le possibilità di indagine e di comparazione dei dati.

Si tratta di una premessa doverosa all'importante lavoro di Francesco e Anna Giulia Bottaccioli che si muove proprio dentro questo orizzonte e ci mostra lo stato dell'arte delle attuali conoscenze nella interazione tra dimensione psichica e dimensione biologica, che sullo sfondo del contesto – relazionale, sociale, culturale, fisico/ambientale – nel quale *psyché* e *bios* sono immersi.

Un orizzonte prezioso e necessario perché ancora oggi la ricerca produce evidenze e indicazioni operative prevalentemente a silos, che riguardano singoli aspetti, senza tener conto del collegamento di questi aspetti con la più vasta realtà, in questo caso dell'essere umano e del suo funzionamento.

Come è noto ci sono state motivazioni storiche e culturali che hanno tenuto separate le idee di materia e spirito, di corpo e psiche, motivazioni che tuttavia non reggono a una visione più autenticamente scientifica, a partire dalla disciplina più hard come quella della fisica.

Il volume ci mostra, fuori da condizionamenti ideologici o derive strumentali o riduzionistiche, la profonda interazione tra processi psichici, biologici e contesto, il ruolo delle funzioni psichiche nel modulare il rapporto tra ambiente e organismo.

¹ Platone, *Simposio*, 210d, in *Opere Complete*, vol. III, Laterza, Bari-Roma 1982, p. 191.

Oggi sappiamo che questa interazione si realizza in tutta la rete della vita, sin dalle attività del DNA, e contribuisce a spiegare il ruolo profondo della soggettività, dei determinanti psichici, nella salute umana.

Da anni si parla di “mettere la persona al centro” nella salute, ma ancora siamo dentro un sistema che cerca le ragioni delle malattie e delle cure in una visione quasi esclusivamente bottom-up, dentro la trama delle molecole e della biochimica, trascurando la dimensione top-down che, attraverso il filtro della dimensione psichica, agisce su questa trama.

E oggi si parla giustamente di “One Health” ma questa visione per affermarsi ha bisogno di una visione scientifica come quella che ci documentano queste pagine, sostenendo le ragioni per un approccio maggiormente integrato e multidisciplinare che è proprio di quell’area che ha assunto il nome di “psiconeuroendocrinoimmunologia”, che nella sua lunghezza evidenzia però la ricerca di uno sguardo più globale, capace di far dialogare le singole discipline e produrre sintesi più ampie.

Sono convinto che questo volume – che peraltro è l’ennesima testimonianza di un lavoro più generale nel campo della salute che Francesco Bottaccioli conduce da molti anni con rigore e passione, e al quale Anna Giulia Bottaccioli ha portato in tempi più recenti il suo significativo contributo – darà un apporto prezioso per il riconoscimento dell’importanza di questi aspetti, un supporto prezioso a tutti coloro che lavorano nel campo “psi” e, più in generale, nell’ambito della cura.

Ho avuto l’opportunità di lavorare per molti anni in questo ambito e di apprezzare il lavoro di Francesco Bottaccioli e ora di Anna Giulia e con grande piacere auguro una buona lettura di questo libro che costituisce una sintesi potente e chiara.

DAVID LAZZARI

*Presidente dell’Ordine nazionale degli psicologi
Specialista in Psicologia della salute, past-president SIPNEI*

Introduzione

Anne Harrington, storica della scienza della Harvard University, in un suo libro (Harrington, 2019) smonta la ricostruzione di comodo della storia della psichiatria su cui si sono applicate generazioni di storici statunitensi, inglesi, italiani. Secondo tale ricostruzione, la ricerca sulla mente e sui suoi disturbi sarebbe partita con il piede giusto alla fine dell'Ottocento, cioè con la messa in primo piano dello studio del cervello e della biologia. I suoi eroi sono i tedeschi Theodor Meynert (1833-1892) ed Emil Kraepelin (1856-1926). Il primo, professore di neuropsichiatria a Vienna, dove studierà anche Freud (coetaneo di Kraepelin), che non a caso, fino alla fine dell'Ottocento, proverà a seguire la strada della fondazione di un robusto programma biologico in psichiatria come dimostra il manoscritto mai pubblicato in vita *Progetto di una psicologia scientifica*.

Questa ottima partenza che persegue la strada della ricerca biologica cerebrale, secondo la ricostruzione dominante, verrà poi arrestata e il suo corso deviato dall'imporre del dominio freudiano che porterà la ricerca e la psichiatria sui lidi della pseudoscienza come ancor oggi qualcuno etichetta la psicoanalisi.

In realtà, scrive la studiosa statunitense, questa storia non è sbagliata in qualche particolare, "è completamente sbagliata" (Harrington, 2019, Introduction, XIII). La psicoanalisi, infatti, acquisterà un certo potere negli Stati Uniti, molto meno in Europa e, diciamo noi, per niente in Italia, solo dopo la seconda guerra mondiale. La causa dell'ascesa della psicoanalisi, fa notare Harrington, non sta tanto nella potenza della sua proposta e della sua filosofia, bensì nel fallimento totale del programma biologico in psichiatria, i cui operatori erano più interessati al cervello dei propri pazienti morti piuttosto che alla loro mente in vita. E quindi incapaci di curare perché in realtà disinteressati alla cura.

Tuttavia, già tra la fine degli anni Settanta e i primi anni Ottanta del secolo scorso, la controffensiva della psichiatria biologica riprende grande vigore, sospinta dalla psicofarmacologia.

Marcia Angell, già direttrice del *New England Journal of Medicine*, così ricostruisce questo passaggio (Angell, 2011).

"Negli anni Settanta – scrive Angell – la psichiatria era attraversata da profonde divisioni: da un lato l'antipsichiatria, esemplificata negli Stati Uniti dagli scritti di Thomas Szasz (basti ricordare il suo best seller mondiale *Il mito della malattia mentale*) e dal film *Qualcuno volò sul nido del cuculo*, che minava alle fondamenta la stessa professione psichiatrica, mettendola in competizione con psicologi e assistenti

sociali. Dall'altro lato, la biomedicina, che in quegli anni era nel pieno della sua marcia trionfale, va a testa bassa contro il modello freudiano dominante in psichiatria, giudicato privo di qualsiasi fondamento scientifico. Gli psichiatri, presi tra il fuoco degli alternativi e della biomedicina, erano divisi, confusi e con una bassa reputazione professionale.”

La svolta in psichiatria è sul finire degli anni Settanta, quando l'American Psychiatric Association (APA), per bocca del suo presidente Melvin Sabshin, si lancia in un “vigoroso sforzo di rimedicalizzare la psichiatria” combattendo su due fronti: contro il “potere” della psicoanalisi e contro la nascente minaccia mortale rappresentata dall'antipsichiatria.

Nel 1977 l'APA dà incarico a Robert Spitzer, psichiatra della Columbia University, di realizzare la terza edizione del *Manuale diagnostico e statistico dei disturbi mentali* (DSM), che sarà pubblicata nel 1980. È un testo di svolta, in quanto diventa l'emblema della rottura con la tradizione psicodinamica alla base delle due precedenti edizioni (del 1952 e del 1968) e sancisce la completa adesione al modello biomedico.

La diagnosi diventa una lista di sintomi con una soglia numerica (per esempio, per la diagnosi di depressione occorre la presenza di almeno 5 sintomi da un elenco di 9). L'origine della svolta rappresentata dal DSM-III non sta nell'avanzamento delle conoscenze scientifiche sulla salute mentale, come, del resto, è candidamente ammesso dal presidente dell'APA Carol Bernstein, secondo la quale la svolta del DSM-III fu necessaria “per abbinare i pazienti ai nuovi trattamenti farmacologici emergenti” (Bernstein, 2011). Diagnosi costruite sui farmaci, quindi, e non su malattie.

Nonostante questa enorme debolezza scientifica al limite della fraudolenza, l'offensiva della psichiatria biologica entusias mò il mondo, anche l'Italia, dove il bersaglio non erano tanto i freudiani quanto i basagliani, quegli psichiatri e operatori sanitari che, guidati da Franco Basaglia, svuotavano i manicomi mettendo in primo piano le radici sociali del disagio e della patologia mentale.

I concetti che dagli anni Ottanta diventeranno martellanti, con la entusiastica adesione dei giornalisti scientifici e dei media, saranno: il disturbo mentale è un disturbo del cervello, la depressione è il frutto di una carenza di serotonina, la schizofrenia di un'alterazione della dopamina e via di seguito. La cura è quindi medica, intendendo, con questo termine, cura farmacologica. Come il diabete, che è il prodotto di una carenza di insulina, si cura somministrando insulina, così la depressione, che è il prodotto di una carenza di serotonina, si cura somministrando un farmaco che ne potenzia la disponibilità cerebrale – questo il *leitmotiv*.

La rivoluzione biologica – scrivono i cantori dell'avvento del regno della salute mentale per via farmacologica – spazzerà via la vecchia terapia della parola e al suo posto subentrerà una nuova generazione di “medici-scienziati” che, lavorando in laboratorio con i topi e con i cervelli degli umani, apriranno una nuova era.

In realtà le cose sono andate molto diversamente. La ricerca psicofarmacologica non ha prodotto innovazioni sostanziali, né sono intervenute spiegazioni biologiche convincenti degli stati mentali in salute e malattia. Il re è nudo, la psichiatria biologica ha fallito. L'accusa ormai risuona nelle riviste scientifiche più ortodosse, come si può leggere in un editoriale del *New England Journal of Medicine* (Gardner, Kleinman, 2019).

configura la possibilità di andare oltre la storica contrapposizione filosofica tra mente e corpo, nonché quella scientifica, novecentesca, tra medicina e psicologia, superandone i rispettivi riduzionismi, che assegnano il corpo alla prima e la psiche alla seconda (Istituto della Enciclopedia Italiana, 2010).

La PNEI è quindi un nuovo paradigma scientifico che ambisce a sostituire il corrente paradigma riduzionista, che si è imposto a partire dalla seconda metà del diciannovesimo secolo. Nell'ultimo decennio, questo progetto scientifico ha trovato una nuova solida base molecolare nella ricerca in campo epigenetico, che ha rivoluzionato la genetica classica (Bottaccioli, Bottaccioli, 2023b; Buklijas, 2018).

Le scienze biologiche sono il motore di una rivoluzione di portata epocale.

Al posto del paradigma riduzionista e determinista è emerso un nuovo paradigma che vede il genoma non più come un centro direttivo che impartisce istruzioni all'organismo, bensì come un dispositivo adattativo che risponde alle esigenze ambientali regolando l'espressione genica.

L'epigenetica è la scienza in rapida espansione che studia i meccanismi molecolari con cui l'ambiente e la vita individuale agiscono sulle informazioni contenute nel genoma.

Queste nuove ricerche chiariscono le relazioni che intercorrono tra le primissime fasi della vita, iniziando dal concepimento, gli stili di personalità e la salute del bambino e dell'adulto. Ci spiegano anche i meccanismi molecolari con cui le caratteristiche della nostra vita (inquinamento, alimentazione, sedentarietà, stress, posizione sociale) e anche il nostro genere entrano nella biologia dell'organismo, modificandola. Ciò fornisce i fondamenti scientifici per un'integrazione forte tra medicina e psicologia (Bottaccioli, Bottaccioli, 2023a).

È una fase esaltante quella che sta vivendo la biologia, perché la rivoluzione copernicana in atto consente di chiudere l'abisso che ha separato lo studio della dimensione biologica umana da quella storico-sociale, determinando l'inedita possibilità che lo studio dell'una arricchisca la nostra comprensione dell'altra.

Questa congiuntura scientifica consente una svolta epocale alle scienze psicologiche e alla pratica psicoterapeutica. Ci mette in condizione di superare gli scogli del riduzionismo biomedico e, al tempo stesso, l'inadeguatezza delle teorizzazioni psicologiche dominanti. Lo scoglio fondamentale da superare storicamente riguarda la biologia, le relazioni tra biologico e psicologico, tra organismo umano e ambiente: una montagna fatta di scienza *hard*, nutrita di fisiologia chimico-fisica, biologia molecolare, neuroscienze, genetica, su cui si è edificata nell'arco di quasi due secoli una medicina che pareva lanciata verso un progresso inarrestabile e inarrivabile per le scienze della psiche. Di fronte a questo scoglio, le teorizzazioni psicologiche si sono divise tra chi non rinunciava a includere la biologia come livello basilare costante e immodificabile nella natura umana prodotto dalla evoluzione, come è il caso della libido di Freud, della energia vitale di Jung, dell'orgone di Reich o degli istinti fondamentali di Perls, e chi accettava il divorzio dalla biologia, come è il caso di certi settori del cognitivismo, della psicoanalisi, della psicologia della personalità e dell'ermeneutica.

A nostro avviso, fare psicologia senza biologia è un errore riduzionista, simmetrico a quello biologista che riduce la psicologia a biologia.

Caleb Gardner e Arthur Kleinman, rispettivamente dei Dipartimenti di Psichiatria e di Antropologia della Harvard Medical School, scrivono che “la psichiatria biologica ha fallito nella realizzazione di un modello teorico comprensivo dei principali disturbi psichiatrici, nella produzione di test clinici per diagnosticarli in modo chiaro, nella proposizione di principi guida per trattamenti somatici che sostituiscano l’uso empirico dei farmaci”.

Un fallimento a 360 gradi: nella eziopatogenesi, nella diagnosi, nella terapia.

A nostro avviso, questo incontrovertibile fallimento poggia sul paradigma riduzionista in neuroscienze che riduce la mente ai circuiti cerebrali e le sue complesse dinamiche simboliche alle molecole e ai fenomeni elettrici.

Ci pare infatti sempre più chiaro che le conoscenze biologiche sul funzionamento del cervello poco spiegano se non vengono relazionate al funzionamento complessivo dell’organismo e, in particolare, al mondo soggettivo, alla vita di ciò che chiameremo, con un termine onnicomprensivo, psiche.

Per realizzare questa integrazione delle conoscenze che provengono da campi di studio tradizionalmente diversi e distanti tra loro, è necessario adottare un paradigma interpretativo capace di tenere insieme la dimensione psicosociale e quella biologica realizzandone una lettura unitaria, così come unitario è l’organismo.

Non è la prima volta che, nella storia delle scienze psicologiche e psichiatriche, ci si è posti questo ambizioso obiettivo di progresso nella conoscenza e nella cura dell’essere umano. Ci piace ricordare in particolare le teorizzazioni di William James a fine Ottocento e di Pierre Janet negli anni Venti del secolo scorso, quelle successive della psicosomatica di Franz Alexander e del modello biopsicosociale di George Engel e quelle di Kurt Goldstein, nonché della scuola russa di Vygotskij e Lurija, fino all’importante lavoro teorico ed esperienziale di Reich, Perls, Fromm e Fenichel. Vedremo nel dettaglio le caratteristiche di questi rilevanti tentativi, ma già qui possiamo dire che, come è noto, non hanno sortito gli effetti desiderati: la produzione di una fisiopatologia sistemica dei disturbi psichici e di una clinica psicologica e medica integrata. Certamente, non per carenze teoriche e scientifiche dei protagonisti, bensì per la generale arretratezza delle conoscenze di fisiologia umana sul funzionamento dei principali sistemi e sulle loro connessioni reciproche.

Oggi, l’avanzamento delle conoscenze scientifiche ci mette in condizione, per la prima volta, di proporre modelli integrativi sistemici capaci di catturare e far dialogare dati e caratteristiche provenienti dalle diverse dimensioni umane che consentano, nei diversi contesti di salute e malattia, una ricostruzione dell’intero.

Questi paradigmi sono la Psiconeuroendocrinoimmunologia e l’Epigenetica.

La Psiconeuroendocrinoimmunologia (PNEI) è la disciplina che studia le relazioni bidirezionali tra psiche e sistemi biologici (Bottaccioli, Bottaccioli, 2017). Nella PNEI convergono, all’interno di un unico modello, conoscenze acquisite, a partire dagli anni Trenta del ventesimo secolo, dall’endocrinologia, dall’immunologia e dalle neuroscienze. Con la PNEI viene a profilarsi un modello di ricerca e di interpretazione della salute e della malattia che vede l’organismo umano come un’unità strutturata e interconnessa, dove i sistemi psichici e biologici si condizionano reciprocamente.

Ciò fornisce la base per prospettare nuovi approcci integrati alla prevenzione e alla terapia delle più comuni malattie, soprattutto di tipo cronico e, al tempo stesso,

configura la possibilità di andare oltre la storica contrapposizione filosofica tra mente e corpo, nonché quella scientifica, novecentesca, tra medicina e psicologia, superandone i rispettivi riduzionismi, che assegnano il corpo alla prima e la psiche alla seconda (Istituto della Enciclopedia Italiana, 2010).

La PNEI è quindi un nuovo paradigma scientifico che ambisce a sostituire il corrente paradigma riduzionista, che si è imposto a partire dalla seconda metà del diciannovesimo secolo. Nell'ultimo decennio, questo progetto scientifico ha trovato una nuova solida base molecolare nella ricerca in campo epigenetico, che ha rivoluzionato la genetica classica (Bottaccioli, Bottaccioli, 2023b; Buklijas, 2018).

Le scienze biologiche sono il motore di una rivoluzione di portata epocale.

Al posto del paradigma riduzionista e determinista è emerso un nuovo paradigma che vede il genoma non più come un centro direttivo che impartisce istruzioni all'organismo, bensì come un dispositivo adattativo che risponde alle esigenze ambientali regolando l'espressione genica.

L'epigenetica è la scienza in rapida espansione che studia i meccanismi molecolari con cui l'ambiente e la vita individuale agiscono sulle informazioni contenute nel genoma.

Queste nuove ricerche chiariscono le relazioni che intercorrono tra le primissime fasi della vita, iniziando dal concepimento, gli stili di personalità e la salute del bambino e dell'adulto. Ci spiegano anche i meccanismi molecolari con cui le caratteristiche della nostra vita (inquinamento, alimentazione, sedentarietà, stress, posizione sociale) e anche il nostro genere entrano nella biologia dell'organismo, modificandola. Ciò fornisce i fondamenti scientifici per un'integrazione forte tra medicina e psicologia (Bottaccioli, Bottaccioli, 2023a).

È una fase esaltante quella che sta vivendo la biologia, perché la rivoluzione copernicana in atto consente di chiudere l'abisso che ha separato lo studio della dimensione biologica umana da quella storico-sociale, determinando l'inedita possibilità che lo studio dell'una arricchisca la nostra comprensione dell'altra.

Questa congiuntura scientifica consente una svolta epocale alle scienze psicologiche e alla pratica psicoterapeutica. Ci mette in condizione di superare gli scogli del riduzionismo biomedico e, al tempo stesso, l'inadeguatezza delle teorizzazioni psicologiche dominanti. Lo scoglio fondamentale da superare storicamente riguarda la biologia, le relazioni tra biologico e psicologico, tra organismo umano e ambiente: una montagna fatta di scienza *hard*, nutrita di fisiologia chimico-fisica, biologia molecolare, neuroscienze, genetica, su cui si è edificata nell'arco di quasi due secoli una medicina che pareva lanciata verso un progresso inarrestabile e inarrivabile per le scienze della psiche. Di fronte a questo scoglio, le teorizzazioni psicologiche si sono divise tra chi non rinunciava a includere la biologia come livello basilare costante e immodificabile nella natura umana prodotto dalla evoluzione, come è il caso della libido di Freud, della energia vitale di Jung, dell'orgone di Reich o degli istinti fondamentali di Perls, e chi accettava il divorzio dalla biologia, come è il caso di certi settori del cognitivismo, della psicoanalisi, della psicologia della personalità e dell'ermeneutica.

A nostro avviso, fare psicologia senza biologia è un errore riduzionista, simmetrico a quello biologista che riduce la psicologia a biologia.

Si prospetta quindi una fase ricca di opportunità per le scienze e le professioni della mente, che premierà coloro che, con coraggio, si disporranno a riesaminare il groviglio di tradizioni e di orientamenti culturali che le zavorra, mettendo in campo un nuovo paradigma scientifico che non accoglie questa o quella scuola, ma che va oltre, ricominciando dall'esame delle categorie fondamentali: psiche, cervello, organismo, natura umana, cura (Bastianelli, Bianchi, Bottaccioli et al., 2021).

È quello che proponiamo in questo libro, non con una discussione in astratto, ma partendo da un esame diretto del contesto delle scienze psi, iniziando dalla psichiatria biologica, che ha dominato gli ultimi quarant'anni.

Bibliografia

- Angell M. (2011), "The epidemic of mental illness. Why?", *The New York Review of Books* June 23; (idem) "The illusions of psychiatry", *The New York Review of Books* July 14.
- Bastianelli L., Bianchi A., Bottaccioli F. et al. (2021), "Un nuovo paradigma per le scienze e le professioni psicologiche e psichiatriche", *Pnei Review* 1:12-69.
- Bernstein C.A. (2011), "Meta-structure in DSM-5 process", *Psychiatric News* 46; 7.
- Bottaccioli F., Bottaccioli A.G. (2017), *Psiconeuroendocrinoimmunologia e scienza della cura integrata. Il manuale*, Edra, Milano.
- Bottaccioli F., Bottaccioli A.G. (2023a), "Come gli stati psichici si traducono in molecole biologiche e come questo cambia la medicina e la psicologia", *Psicoterapia e Scienze Umane* 57(1):107-128.
- Bottaccioli F., Bottaccioli A.G. (2023b), *Epigenetica e Psiconeuroendocrinoimmunologia. Le due facce della rivoluzione in corso nelle scienze della vita*, 2a ed., Edra, Milano.
- Buklijas T. (2018), "Histories and Meanings of Epigenetics" in Meloni, Cromby, Fitzgerald and Lloyd (eds.), *The Palgrave Handbook of Biology and Society*, Springer.
- Gardner C., Kleinman A. (2019), "Medicine and the Mind – The Consequences of Psychiatry's Identity Crisis", *The New England journal of medicine* 381:1697-1699, October 31.
- Harrington A. (2019), *Mind fixers. Psychiatry's troubled search for the biology of mental illness*, Norton & Company, London.
- Istituto della Enciclopedia Italiana (2010) Treccani. "Cervello, Mente e Pische", pp. 578-579