

RICERCA

Il primo amore? Un trauma Per questo non si scorda mai

Uno studio spiega i meccanismi neurali che determinano il primo innamoramento. Una tempesta biochimica che sconvolge il cervello. La reazione è identica in tutte le culture e popolazioni. L'esperta: "Un'intensità che può essere provata, nel corso della vita, anche tre o quattro volte"

di SARA FICOCELLI



Una coppia davanti a un tramonto

Il primo amore non si scorda mai, e questo perché con la prima ardente passione si attivano in maniera del tutto nuova i circuiti neurali dell'ansia e della paura, provocando in noi una specie di trauma. Non solo: questa reazione biochimica è identica in tutte le culture e popolazioni, da quella europea a quella americana fino a quella cinese, dove i matrimoni sono combinati e l'innamoramento è per la società più un elemento distruttivo che costruttivo. Queste le conclusioni di uno studio della [Stony Brook University](#) di New York sull'attività cerebrale legata ai sentimenti di breve e lungo periodo.

La ricerca, condotta nell'arco di tre anni fra Gran Bretagna, Usa e Cina, ha dimostrato come il primo forte sentimento provochi precise reazioni neurali nel cervello, diverse - ma non meno intense - da quelle che si scatenano con gli amori successivi, più romantici e meno distruttivi, ma identiche per tutte le popolazioni. Le aree che si attivano guardando la foto della prima persona di cui si è stati innamorati sono le stesse che regolano i meccanismi della dipendenza e gli squilibri mentali ed è per questo, spiega il professor Art Aron, che ha condotto la ricerca, "che quell'esperienza amorosa resterà per sempre marchiata a fuoco dentro di noi".

Lo studio, pubblicato sulla rivista *Human Brain Mapping*, è stato svolto per buona parte in Cina dal ricercatore Xiaomeng Xu, che ha preso in esame 18 volontari mostrando loro volti di persone amate in modo romantico, passionale o solo amichevole. "Con l'analisi degli impulsi cerebrali abbiamo riscontrato, in concomitanza con l'immagine della persona amata romanticamente, una forte attivazione nelle aree che regolano i meccanismi motivazionali, notando che i volontari che stavano vivendo quel tipo di sentimento erano più soddisfatti sia nelle relazioni a breve che a lungo termine. Le immagini di amori passionali, invece, attivavano le zone del cervello che regolano tensione e paura". I ricercatori hanno quindi concluso che, indipendentemente dalla matrice culturale, l'amore romantico, per quanto intenso, comporta una minore componente ossessiva, mentre quello passionale provoca per la prima volta sentimenti di incertezza e ansia ed è per questo che è così indimenticabile.

"Provoca incertezza e ansia". Dagli States alla Cina, gli stessi risultati

La differenza tra amore romantico e passionale era già stata analizzata dalla ricercatrice Bianca P. Acevedo, della stessa università americana, che nel marzo dello scorso anno pubblicò sulla [Review of General Psychology](#) i risultati di uno studio condotto su 6070 persone impegnate in relazioni a breve e lungo termine: "Molti credono che l'amore romantico sia identico a quello passionale. Non è così - spiega - ha la stessa intensità, lo stesso coinvolgimento, la stessa alchimia sessuale dell'amore passionale ma una minore componente ossessiva. Quello che ci fa 'morire di passione' comporta sentimenti di incertezza e ansia ed è un sentimento che aiuta a portare avanti relazioni brevi, non durature".

"In gergo si dice che, con l'innamoramento, l'amigdala 'sequestra' il cervello - spiega la psichiatra Donatella Marazziti, docente di psichiatria presso l'Università di Pisa e autrice del libro *La natura dell'amore* (Rizzoli) - in pratica, con il primo forte sentimento si attivano le zone mesencefaliche e quella del grigio periacquoduttale, piena di recettori oppiacei che ne fanno una sorta di area di controllo del dolore. L'amigdala fa da 'direttore d'orchestra' e narcotizza i circuiti neurali, provocando una tempesta biochimica che ci sconvolge. Vengono coinvolte anche le aree legate al funzionamento dei visceri. E' per questo che sentiamo cosiddette 'farfalle nello stomaco'".

Dopo un tot di tempo, spiega la dottoressa, scatta la fase due, quella che provoca o meno la trasformazione dell'innamoramento in amore. A determinare il passaggio è il sistema ossitocina, quel "messaggero chimico" che spegne le aree dell'amigdala e attiva quelle del piacere, il circuito del "reward", la ricompensa. E' qui che il sentimento da immaturo diventa completo, che il senso di ansia si trasforma in piacere. Ma non sempre questa fase coincide con il primo cosiddetto amore. Che anzi, spesso, si ferma al primo passo, la fase dell'innamoramento, quella più intensa, dolorosa e immatura. "Il cervello deve essere neurologicamente pronto a una trasformazione del genere - continua la Marazziti - e non lo è mai prima dei 20 anni".

Per quanto indimenticabile e traumatico, tuttavia, il primo amore non è unico. Secondo gli esperti, un sentimento così intenso si può provare fino a tre e addirittura quattro volte nel corso della vita. "Anzi - conclude la psichiatra - più si diventa adulti e più ci si innamora intensamente perché il cervello è sviluppato in maniera completa". Il dolore della prima esperienza però non tornerà, perché il cervello lo ha incamerato e lo reso, mitologicamente, "ineguagliabile".

(03 giugno 2010)

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Divisione Stampa Nazionale — Gruppo Editoriale L'Espresso Spa - P.Iva 00906801006
Società soggetta all'attività di direzione e coordinamento di CIR SpA