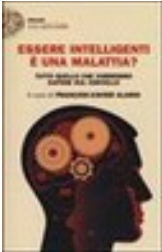


diversaMente

Come funziona il nostro cervello? E cosa succede quando non funziona come ce l'aspettiamo o come vorremmo? Saggi per comprendere le basi biologiche del pensiero e della percezione e romanzi che spaziano negli infiniti modi con il quale percepiamo noi stessi e il mondo in tutte le gradazioni della diversità mentale.



Essere intelligenti è una malattia? : tutto quello che vorremmo sapere sul cervello
2013

Come ci ha insegnato Oliver Sacks, il cervello umano è una macchina sofisticatissima che presiede alle funzioni più semplici, come respirare, e alle più complesse, come comporre la Nona di Beethoven. Questo libro dà una risposta scientifica e divertita alle curiosità e alle domande più frequenti. È sensato paragonare il cervello umano a un computer? Quando non siamo coscienti il nostro cervello pensa? E a cosa? C'è un regime alimentare per garantire il massimo di funzionamento del cervello? Che cos'è l'Alzheimer e cosa provoca a livello cerebrale? Tutti gli animali posseggono un cervello? Il cervello delle donne è diverso da quello degli uomini? Cosa avevano di particolare il cervello di Einstein e quello di Paganini?



Neuroetica : scienze del cervello, filosofia e libero arbitrio
2011

Le scienze del cervello ci sorprendono ogni giorno con straordinarie scoperte sui meccanismi all'opera nella nostra testa e sovvertono l'idea ordinaria, radicata e condivisa di noi stessi: le nostre scelte morali sembrano non essere del tutto figlie di riflessioni e ragioni; le nostre credenze sono influenzate non solo dalla cultura, ma anche, ci piaccia o no, dall'architettura della nostra mente, su cui non abbiamo alcun controllo; la nostra stessa autocoscienza e il concetto di persona vacillano sotto i colpi della ricerca sulle basi cerebrali della vita mentale. E le conseguenze possono arrivare fino alle aule di tribunale, in cui le nozioni di responsabilità e di colpevolezza rischiano di evaporare. In questo volume, i maggiori esperti italiani pongono le basi per una nuova disciplina, la neuroetica, chiamata a fare i conti con le acquisizioni delle

neuroscienze e le loro ricadute sulla cultura e la vita pratica. Un campo di indagine sempre meno riserva degli specialisti, destinato a entrare inevitabilmente nella società, nella cronaca e nella nostra esistenza quotidiana



L'universo della mente

2008

Questo volume non è un'introduzione alle neuroscienze, ma un approfondimento da prospettive diverse del rapporto mente-cervello e un invito al dialogo tra scienza e filosofia. Nonostante gli enormi progressi compiuti in meno di un secolo nell'ambito delle conoscenze sui meccanismi biologici delle funzioni cerebrali superiori, si avverte sempre più forte l'esigenza di nuove categorie interpretative e apparati logico-concettuali per una scienza della mente che possa creare un'alleanza tra varie discipline come la filosofia della mente, la psichiatria, la linguistica, la neurobiologia, la psicologia, la logica, la scienza cognitiva. Difficilmente, infatti, le neuroscienze potranno colmare i propri gap esplicativi se, oltre alle indiscutibili determinazioni biologiche di ogni individuo, non si riconoscerà piena dignità scientifica anche a temi come l'empatia, l'intersoggettività, le qualità estetiche, il libero arbitrio, gli interessi individuali. Contributi di Edoardo e Francesco Boncinelli, Mario Maj, Mauro Maldonato, Giuseppe Mininni, Alberto Oliverio



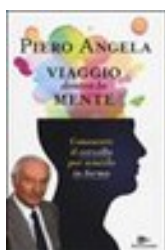
I segreti della mente : capire, riconoscere, affrontare i segnali della psiche

Vittorino Andreoli

2013

"C'è un sogno che mi accompagna da molti anni: scrivere un manuale che, anziché indirizzarsi ai medici, agli psichiatri o agli psicologi clinici, parli a tutti. Oggi, in queste pagine, il mio sogno trova finalmente concretezza." In questa nuova opera, Vittorino Andreoli ci insegna con chiarezza e serenità ad

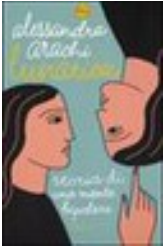
affrontare i primi segni di disagio o disturbo mentale a partire dai progressi scientifici raggiunti in questo campo. Se in passato infatti si tendeva ad attribuire le malattie della mente a un determinismo genetico o familiare, oggi sappiamo che è possibile risolverle, o per lo meno attenuare le loro manifestazioni, intervenendo subito. "Nei miei cinquant'anni di psichiatria" scrive Andreoli "sono rimasto talora persino sconvolto dall'osservare che persone vicine a un adolescente con comportamenti devastanti, o a un anziano che ha percorso la morte naturale con un suicidio, hanno minimizzato segnali che invece erano chiari." Grazie alla sua esperienza di una vita trascorsa a fianco dei pazienti, Andreoli riesce a parlare sia a chi sta male mentalmente sia a chi deve vivere vicino alla sofferenza degli altri: adulti, adolescenti, anziani. Il risultato è un percorso mirabile fra le emozioni e tutte le loro manifestazioni, da quelle più comuni come la paura o l'ansia, a quelle più complesse come la tristezza, aiutandoci a individuare i segnali d'allarme prima che sia troppo tardi.



Viaggio dentro la mente : conoscere il cervello per tenerlo in forma
Piero Angela

2014

Il nostro cervello è una macchina meravigliosa e conoscerla meglio ci può aiutare a usarla al massimo delle sue potenzialità, dai primi anni di vita fino all'età più avanzata. È da questo spettacolare groviglio fatto di miliardi di cellule nervose e delle loro diramazioni che nasce tutto: la nostra capacità di vedere e di immaginare, di soffrire e di gioire, di ricordare e di creare, di odiare e di innamorarsi. Ma come avviene tutto ciò? Come si formano per esempio le immagini che noi vediamo nel nostro "teatrino mentale"? In base a quali meccanismi prendiamo una decisione e non un'altra? Siamo davvero liberi? Da dove nasce l'amore? C'è nel cervello un punto del piacere? Come spieghiamo i déjà-vu? Questo libro, sotto forma di dialogo con un ipotetico lettore curioso, racconta con parole semplici quello che oggi si è capito del nostro cervello e le frontiere di quello che ancora resta da conoscere. Una seconda parte del libro è poi dedicata alle pratiche per tenere il cervello attivo e brillante lungo tutto il corso della vita. Verranno presentati gli studi più recenti sull'allattamento, l'esercizio fisico, l'alimentazione, l'allenamento mentale, il sesso, lo shock della pensione, l'invecchiamento cerebrale, l'Alzheimer, il cervello dei centenari... Molte ricerche dimostrerebbero infatti che è possibile non solo tenere in buona forma i nostri neuroni ma anche prevenire, almeno in parte, quelli che paiono essere gli inevitabili danni del tempo e dell'età.



Lunatica : storia di una mente bipolare

Alessandra Arachi

2006

"È facile. Se è lo stomaco che ti fa male o magari il fegato non hai dubbi: alzi il telefono e sai quale medico chiamare. Ma se è il cervello che fa clik?" Comincia così il viaggio di Alessandra Arachi, andata e ritorno nella follia del disturbo bipolare. Una patologia della mente che colpisce un italiano su dieci, ma che solo oggi inizia a essere riconosciuta e curata. Picchi di euforia si alternano a baratri di depressione, il cervello va su e giù come un'altalena: è qualcosa che condiziona ogni aspetto della vita, perché è intimamente legato all'eros, alla creatività artistica, alla genialità politica. E quell'indefinibile "stato misto" alla base della depressione post-partum, responsabile occulto di molte tragedie che hanno portato giovani madri a uccidere i propri figli neonati. Alessandra è stata vittima di una diagnosi affrettata: schizofrenia paranoidea. Una sera di luna piena, in un prato appena fuori Roma, una cura sbagliata stava per costarle la vita. Ma come è arrivata in quel prato? In un libro dal ritmo serrato l'autrice racconta i mesi di fuga dalla realtà, pedinata "dal servizio segreto più

pericoloso del mondo", in viaggio di notte lungo strade e autostrade d'Italia, a volte contromano. Racconta l'alterazione della coscienza e il "miracolo" che l'ha salvata restituendole il controllo della psiche. "Lunatica" è un'avventura della mente, scritta con l'ironia e la lucidità di chi ha avuto la fortuna di venirne fuori e di poterla raccontare.



Il bambino che parlava con la luce : quattro storie di autismo

Giuseppe Maurizio Arduino

2014

Silvio guarda il mondo racchiuso in un granello di polvere, Cecilia lo osserva attraverso il movimento di una corda. Matteo non gioca con gli altri bambini, ma conosce le radici quadrate. Elia, sommerso da voci, odori, suoni e colori, lotta per trovare la calma interiore. Un viaggio unico e commovente nelle vite di quattro pazienti autistici profondamente diversi fra loro, seguiti dall'infanzia all'età adulta. I drammi e le fatiche quotidiane delle loro famiglie. L'impegno, i

dubbi, gli errori e i piccoli grandi successi compiuti nel tentativo di aiutarli.



Bizzarri, isolati e intelligenti : il primo approccio clinico e pedagogico ai bambini di Hans Asperger

Hans Asperger

2003

Se l'autismo è stato definito un «enigma», a ragione la stessa definizione può essere applicata anche alla sindrome di Asperger, che appartiene allo spettro dei disturbi generalizzati dello sviluppo, misteriosa perché in molti casi colpisce persone all'apparenza perfettamente «normali». Questo libro — che per la prima volta presenta la traduzione italiana dello storico scritto con il quale il pediatra austriaco Hans Asperger descrisse la sindrome che poi da lui prese il nome — arriva in un momento di vivace dibattito su questa condizione, in particolare riguardo alla definizione di precisi criteri diagnostici e alla sua parziale sovrapposizione con il disturbo autistico, con tutto ciò che tale disaccordo sul piano scientifico comporta a livello concreto nella vita delle persone con questo disturbo e delle loro famiglie. Grazie anche all'eccellente traduzione, quest'opera — arricchita dai commenti di alcuni dei maggiori esperti nazionali del campo — costituisce un fondamentale passo in avanti per la letteratura scientifica italiana, nonché una lettura sorprendentemente moderna e gradevolissima, che coniuga spontaneamente rigore e umanità.



La sindrome di Giuda : la depressione come tradimento di se stessi
Giulietta Bandiera

2011

E se Giuda fosse solo un infelice? Partendo da quest'ipotesi, l'autrice tenta una lettura della malattia depressiva, in una chiave simbolica del tutto nuova e inedita. Secondo l'Organizzazione Mondiale della Sanità, la depressione si manifesta infatti attraverso almeno dieci sintomi tipici, dalla malinconia, alle fantasie di suicidio, che permettono di riconoscerla e Giuda Iscariota, uno dei dodici apostoli di Gesù, in base a un'attenta analisi delle Scritture, sembra

possederli tutti. Ripercorrendo dunque la drammatica vicenda umana e psicologica di questa figura dei vangeli, che diviene l'archetipo stesso del tradimento, si tenta di risalire all'origine del male oscuro più diffuso dei nostri tempi, in cerca, se non di una soluzione, almeno di una comprensione più profonda e, forse, perfino di una possibile prevenzione.



Inventare se stessi : cosa succede nel cervello degli adolescenti
Sarah-Jayne Blakemore

saggi - 2018

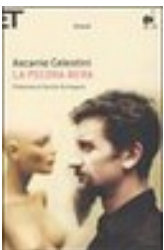
Lunatici, pigri, inaffidabili. Spesso gli adolescenti vengono descritti ricorrendo a luoghi comuni e con una superficialità preoccupante. Tuttavia, il comportamento scostante tipico dei teenager non è irragionevole e non ha nulla fuori dall'ordinario. Ed è così per un motivo. Correre rischi, provare imbarazzo o passare più tempo con gli amici sono tutti sintomi di una fase importante dello sviluppo cerebrale, sono i segni di un viaggio che deve essere compiuto per poter diventare adulti. Fino a circa vent'anni fa, il lato spiacevole del comportamento adolescenziale veniva attribuito agli ormoni impazziti e ai cambiamenti che i giovani affrontano a scuola e nella vita sociale. Oggi invece sappiamo che il loro cervello va incontro a uno sviluppo sostanziale e che questo contribuisce probabilmente all'insorgere dei comportamenti tipici dell'età adolescenziale. E dunque che cosa accade a livello neurale, dentro il cervello dei ragazzi? Nel corso dell'adolescenza irrompe un processo fondamentale chiamato pruning, «potatura» o «sfoltimento sinaptico», che rinforza certe aree e ne elimina altre; le sinapsi usate in un determinato ambiente vengono conservate, tutte le altre vengono «sfoltite», dando infine forma alla struttura definitiva del cervello adulto. Frutto di un lavoro di ricerca decennale e degli studi pionieristici compiuti in prima persona da Sarah-Jayne Blakemore, "Inventare se stessi" è una guida per comprendere meglio i processi evolutivi del cervello adolescente. Il cervello dei teenager non funziona male. L'adolescenza è un periodo della vita in cui il cervello cambia profondamente: sta a noi comprenderlo, coltivarlo e onorarlo al meglio



La mente in fiamme : un nuovo approccio alla depressione
Edward T. Bullmore

2019

La depressione è la bestia nera delle patologie mentali. In un futuro molto prossimo sarà con tutta probabilità la più grave causa di invalidità a livello mondiale; eppure i trattamenti per migliorarne l'approccio terapeutico sono cambiati ben poco negli ultimi trent'anni. Alla terapia della parola, particolarmente in voga fino a qualche decennio fa, si è gradatamente sostituita, e affiancata, una terapia empirica basata su farmaci inibitori del riassorbimento della serotonina – i cosiddetti SSRI –, che mostrano da tempo effetti terapeutici consolidati e in parte soddisfacenti, ma anche effetti collaterali impossibili da sottovalutare. Con "La mente in fiamme" Edward Bullmore presenta per la prima volta a un pubblico non specialistico una nuova teoria sulla cura della depressione dalle conseguenze potenzialmente dirompenti. Bullmore mette in discussione le terapie finora utilizzate e propone un quadro teorico e sperimentale del tutto innovativo, che mette in relazione la depressione con gli stati infiammatori del corpo e del cervello, legando strettamente questa condizione e altri disordini mentali al funzionamento del sistema immunitario. È un vero e proprio cambio di paradigma nell'accostarsi a questa malattia debilitante e causa di molte sofferenze, ma non solo: delinea la rivoluzione futura in cui le cure potranno essere calibrate individualmente per riuscire a spezzare il circolo vizioso che unisce stress, infiammazione e depressione. "La mente in fiamme" si spinge oltre l'ambiente ospedaliero e del laboratorio proponendo un modo interamente nuovo di interpretare le complesse interazioni che avvengono tra mente, cervello e corpo, e per aiutarci a sopravvivere in un ambiente ostile.



La pecora nera : elogio funebre del manicomio elettrico
Ascanio Celestini

2008

"Il manicomio è un condominio di santi. So' santi i poveri matti asini sotto le lenzuola cinesi, sudari di fabbricazione industriale, santa la suora che accanto

alla lucetta sul comodino suo si illumina come un ex-voto. E il dottore è il più santo di tutti, è il capo dei santi, è Gesucristo". Così ci racconta Nicola i suoi 35 anni di "manicomio elettrico", e nella sua testa scompaginata realtà e fantasia si scontrano producendo imprevedibili illuminazioni. "Raccolgo memorie di chi ha conosciuto il manicomio un po' come facevano i geografi del passato. Questi antichi scienziati chiedevano ai marinai di raccontargli com'era fatta un'isola, chiedevano a un commerciante di spezie o di tappeti com'era una strada verso l'Oriente o attraverso l'Africa. Dai racconti che ascoltavano cercavano di disegnare delle carte geografiche. Ne venivano fuori carte che spesso erano inesatte, ma erano anche piene dello sguardo di chi i luoghi li aveva conosciuti attraversandoli. Così io ascolto le storie di chi ha viaggiato attraverso il manicomio non per costruire una storia oggettiva, ma per restituire la freschezza del racconto e l'imprecisione dello sguardo soggettivo, la meraviglia dell'immaginazione e la concretezza delle paure che accompagnano un viaggio". (Ascanio Celestini)



L'io come cervello

Patricia Smith Churchland

2014

Che cosa succede quando accettiamo che tutto ciò che proviamo e pensiamo sia il frutto non di un'anima immateriale ma dell'attività elettrica e chimica del nostro cervello? Con una narrazione che intreccia esperienza professionale e vita vissuta, Patricia Churchland radica la filosofia della mente nei suoi fondamenti essenzialmente biologici. Non senza ironia riflette sul modo in cui è riuscita ad armonizzare scienza e filosofia, mente e cervello, ideali astratti e realtà concreta. Ci mostra come le più recenti ricerche sulla coscienza, sulla memoria e sul libero arbitrio possano aiutarci a riconsiderare importanti questioni filosofiche, etiche e spirituali: che cosa plasma la nostra personalità? in che modo prendiamo le nostre decisioni? perché proviamo empatia per gli altri? un bambino è responsabile delle proprie azioni? Un'esplorazione della mente, dell'etica e del significato della vita.



Né giusto né sbagliato : avventure nell'autismo

Paul Collins <1969- >

2005

Il piccolo Morgan Collins ha tre anni. Parla, legge qualche parola, e passa il tempo eseguendo calcoli mentali abbastanza complicati. Ma se gli si chiede come si chiama, non risponde, e le frasi più ovvie sembrano, per lui, rompicapo insolubili. I medici parlano di solito di "autismo". Ma come dimostra Paul Collins in questo affettuoso e toccante ritratto dal vero del figlio, quella parola prima che una diagnosi è la soglia d'accesso a un continente misterioso e affascinante. E quella raccontata dall'autore "non una tragedia, non una storia strappalacrime, non il film della settimana. Solo la mia famiglia".



50 grandi idee : cervello

Moheb Costandi

2014

Questo compendio riunisce i più importanti e significativi risultati delle scienze del cervello dell'ultimo secolo. Un'intricata e strabiliante rete di fibre nervose mette in connessione fra loro 100 miliardi di cellule, creando l'organo più complesso e affascinante del corpo umano. L'autore riassume in modo completo gli aspetti più rappresentativi di un campo ai confini tra biologia e psicologia: dalla biochimica del neurone all'origine del pensiero, al rapporto tra neuroscienze e diritto, passando per la scoperta del connettoma e l'esplorazione degli emisferi cerebrali. Il rapporto mente-cervello ha ancora numerosi punti oscuri e quesiti irrisolti: le 50 idee qui raccolte e presentate con rigore scientifico guidano il lettore profano attraverso i punti saldi della ricerca e le domande ancora aperte, alla scoperta dell'universo della mente.



Il cervello sociale : neuroscienze delle relazioni umane

Louis Cozolino

2008

Come si formano le relazioni umane, quale impatto hanno su di noi e in che modo cambiano l'architettura e il funzionamento del nostro cervello? Qual è il

modo migliore in cui i genitori possono favorire lo sviluppo del cervello dei loro bambini? Perché un'amicizia, un amore possono farci riconquistare la salute mentale? Il cervello dell'uomo è un organo sociale e per comprendere con esattezza gli esseri umani dobbiamo capire in che modo il nostro cervello esista in relazione con quello degli altri. Servendosi di esempi raccolti in anni di esperienza clinica, Louis Cozolino mostra come il cervello si sviluppi nel contesto delle relazioni e come le persone intorno a noi svolgano un ruolo rilevante nel regolare il nostro comportamento emotivo e sociale. Sono esaminati temi di grande interesse, dai neuroni specchio alla biologia dell'attaccamento, per affrontare questioni importanti. Come possono genitori, educatori e terapeuti incoraggiare l'apprendimento e il cambiamento? Quali sono gli effetti di isolamento, stress e trauma sul cervello sociale? E ancora, quali sono i processi attraverso cui le relazioni possono sia indurre sia curare la malattia mentale? Esplorando, in questo libro, l'evoluzione, lo sviluppo e il funzionamento del cervello, riusciremo a comprendere più profondamente la complessità e l'importanza delle nostre relazioni con gli altri, soprattutto con chi ci è più vicino.



Nella testa degli adolescenti : i nostri ragazzi spiegati attraverso lo studio del loro cervello
Eveline A. Crone

2015

Perché gli adolescenti non riescono ad alzarsi dal letto? Perché fanno i compiti sempre all'ultimo momento? Perché devono andare in motorino senza casco? Perché non riescono mai ad arrivare a casa all'ora giusta? Finalmente un libro che riesce a rispondere a questi interrogativi. Eveline Crone, studiosa di psicologia dello sviluppo, spiega sulla base delle ricerche più recenti delle neuroscienze le logoranti turbolenze che si verificano durante la pubertà. E mostra con esempi come il comportamento, spesso terribilmente irritante, dei più giovani dipenda da un processo molto particolare: la progressiva riorganizzazione del cervello durante l'adolescenza. Crone non solo fa capire perché ragazzi e ragazze sono così inclini a eccessi e sbalzi emotivi e a comportamenti pericolosi, finendo non di rado per essere disorientati o per bruciarsi, ma mostra anche i limiti e le opportunità propri di questa fase della vita. Un libro chiaro e tranquillizzante per insegnanti, educatori e genitori, che non riescono più a capire i loro figli. Un libro che promuove la comprensione e la pazienza, ma solleva anche interrogativi su come gli adulti possano trattare con gli adolescenti nel modo più adeguato.



Coscienza e cervello : come i neuroni codificano il pensiero
Stanislas Dehaene

2014

Da dove provengono e come si governano i nostri pensieri, le nostre emozioni e i nostri sogni? La mente umana è davvero così intelligente da comprendere la propria stessa esistenza? Per millenni filosofi e scienziati sono stati disorientati dall'enigma dell'esperienza cosciente. Ma Stanislas Dehaene ci invita nel suo laboratorio per farci constatare come sia oggi possibile analizzare le basi biologiche della coscienza, usando le migliori teorie disponibili, a cominciare dall'evoluzionismo neodarwiniano, ma anche tutti gli apparati di ricerca per il cervello, dalla MRI funzionale alla elettroencefalografia. L'autore mostra come si possano determinare i marcatori fisiologici che rivelano massicce variazioni quando un soggetto diventa consapevole di un'immagine visiva, oppure di una parola o di un suono, e mira a scandagliare "firme della coscienza" persino nel buio del coma. Una nuova disciplina scientifica potrà giovare ai pazienti paralizzati ma coscienti o a coloro che sono caduti nel cosiddetto stato vegetativo? La risposta, dice Dehaene, "è un esitante e incerto sì". Ma nella prospettiva di un serio illuminismo scientifico, possiamo scommettere che le neurotecnologie del futuro cambieranno radicalmente il trattamento clinico dei disturbi della coscienza.



Le sbalorditive capacità del cervello : come nutrirlo, svilupparlo e
guarirlo
Jean-Marie Delecroix

2014

Dalle ultime scoperte nel campo delle neuroscienze e della fisica quantistica alla funzione dei neurotrasmettitori, senza tralasciare ciò che danneggia il cervello (onde elettromagnetiche, metalli pesanti, pesticidi ecc.), "Le sbalorditive capacità del cervello" costituisce una lettura, semplice, accessibile ma al tempo stesso ricca di dati e informazioni sulla natura del nostro organo principe. Scopriamo che le capacità cerebrali non si riducono necessariamente con l'età, come siamo indotti a credere, bensì che per mantenere in forma il

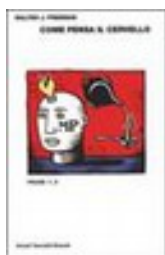
nostro cervello occorre darsi da fare, utilizzandolo in modo corretto e nutrendolo con il carburante di cui ha bisogno: acidi grassi, zuccheri, proteine, vitamine e integratori alimentari. Insomma, il cervello è il nostro passaporto per una vita serena e felice, purché impariamo a conoscerlo e a prendercene cura.



Quando andiamo a casa? : Mia madre e il mio viaggio per comprendere l'Alzheimer. Un ricordo alla volta
Michele Farina <1964->

2015

Michele Farina ha visto sua madre allontanarsi pian piano, inabissarsi fino a divenire quasi irraggiungibile. L'Alzheimer l'ha svuotata "con il cucchiaino dell'uovo alla coque", portandola via un po' alla volta ben prima del suo ultimo giorno. Come trovare un senso a un'esperienza del genere? Come superarla? Dopo dieci anni di silenzio, Farina ha deciso di farlo ripercorrendo - grazie al lavoro di giornalista - la propria storia in quella di altri, andando a cercare sua mamma negli occhi di malati sconosciuti. Ne è nata un'inchiesta unica nel suo genere, che descrive l'Italia dell'Alzheimer attraverso le vicende di pazienti, famiglie, operatori, ricercatori, strutture, associazioni. C'è Anna Maria, convinta di trovarsi nella casa di cura per inaugurare un nuovo negozio. C'è Emilio, che dopo quarantatré anni di matrimonio chiede alla moglie Elisa quando si sposeranno. C'è chi si è visto ridurre il vocabolario a due sole parole e chi invece ha una gran voglia di aprirsi e raccontare. Esperienze diverse, che disegnano però un percorso unitario. Il viaggio nel mondo di una patologia sempre più diffusa, complice l'allungarsi della vita, eppure "nascosta": vissuta come un tabù, con dolore e vergogna spesso nell'isolamento. Perché l'Alzheimer sembra restare fuori dai radar delle istituzioni: il morbo dell'oblio dimenticato dalla società, e per cui non esiste una cura.



Come pensa il cervello
Walter J. Freeman

2000

In "Come pensa il cervello", Walter J. Freeman delinea una mappa della mente, procedendo dalle singole cellule nervose e dai loro aggregati cooperativi, fino all'emergere di configurazioni cerebrali complesse. Basandosi sui recenti sviluppi tecnici e sulle teorie del caos e della dinamica nonlineare, Freeman mostra come il cervello crei intenzioni e significati. L'autore scopre in questo modo nuove risposte agli antichi interrogativi filosofici sul libero arbitrio e sulla responsabilità individuale.



La coscienza è un istinto : il legame misterioso tra il cervello e la mente
Michael S. Gazzaniga

2019

Come si passa dai neuroni alla mente? Come è possibile che una "cosa" - un aggregato di atomi, molecole, sostanze chimiche e cellule - sia capace di esprimere il mondo vivido che abbiamo nella testa? Michael Gazzaniga presenta qui un riesame complessivo di quanto la scienza ha scoperto finora in materia di coscienza. L'idea che il cervello sia una macchina, comparsa secoli fa, ha indotto a immaginare il rapporto tra mente e cervello in forme che continuano a paralizzare gli studiosi. Gazzaniga è convinto che quel modello funzioni a rovescio: il cervello è capace di costruire macchine, ma non può essere ridotto a una macchina. Le scoperte più recenti inducono piuttosto a rappresentarlo come una federazione di moduli indipendenti che operano in parallelo. Capire come la coscienza possa emergere da un'organizzazione di questo genere ci aiuterà a definire il futuro delle scienze del cervello e dell'intelligenza artificiale, fino a gettare un ponte sul baratro che si apre tra il cervello e la mente.



Nati per credere : perché il nostro cervello sembra predisposto a fraintendere la teoria di Darwin
Vittorio Girotto

2008

La teoria darwiniana dell'evoluzione rappresenta uno dei maggiori successi scientifici di ogni tempo; eppure molte persone che non si occupano di scienza a livello professionale la rifiutano e mostrano invece di credere in varie forme di creazionismo. Sembra, come ha osservato Richard Dawkins, che il nostro cervello sia stato specificamente "progettato" per fraintendere il darwinismo e che l'ipotesi di una "mente creatrice superiore" sia per l'uomo più attraente e naturale. In questo volume uno psicologo cognitivo, un filosofo della scienza e un neuroscienziato intrecciano le proprie riflessioni e le proprie esperienze di ricerca per offrire al lettore una tesi affascinante: il meccanismo evolutivo ha fatto sì che credere nel sovrannaturale sia diventato una parte integrante dei nostri normali processi cognitivi. La mente umana si è infatti evoluta, in virtù del meccanismo della selezione naturale, per pensare in termini di obiettivi e di intenzioni, un adattamento biologico importantissimo per un animale sociale come l'uomo.



Visti da vicino : il mio pensiero su autismo e sindrome di Asperger
Temple Grandin

2014

Questo libro innovativo, che presenta una selezione degli articoli più recenti e significativi di Temple Grandin sull'autismo e la sindrome di Asperger, affronta in modo concreto e diretto le principali questioni e problematiche che ogni giorno vivono le persone con autismo, i loro familiari, i loro insegnanti e chiunque divida con loro la propria vita. L'autrice offre al lettore indicazioni su cosa è utile fare e non fare in diversi contesti, strategie pratiche e consigli preziosi, il tutto basato non solo sulle più aggiornate ricerche scientifiche ma anche e soprattutto su un punto di vista da "insider", quello di chi, come lei, vede e vive questi problemi davvero "da vicino". In particolare, il libro si sofferma su: come e perché le persone con autismo pensano in modo diverso, i programmi di intervento più efficaci, come distinguere tra un comportamento causato da una disabilità e un cattivo comportamento, come insegnare alle persone con autismo a vivere in un mondo imprevedibile, il contributo della medicina alternativa e quello della medicina convenzionale, gli adulti con autismo e il mondo del lavoro. "Visti da vicino" è un libro ricco di saggezza e di speranza, che guiderà genitori, insegnanti e educatori a una maggiore comprensione dei disturbi dello spettro autistico, per riuscire ad affrontare e vincere tutte le sfide quotidiane, proprio come ci è riuscita chi l'ha scritto...



Vita su un pianeta nervoso

Matt Haig <1975- >

2019

Il mondo ci sta confondendo la mente. Aumentano ondate di stress e ansia. Un pianeta frenetico e nervoso sta creando vite frenetiche e nervose. Siamo più connessi, ma ci sentiamo sempre più soli. E siamo spinti ad aver paura di tutto, dalla politica mondiale al nostro indice di massa corporea. Come possiamo rimanere lucidi su un pianeta che ci rende pazzi? Come restare umani in un mondo tecnologico? Come sentirsi felici se ci spingono a essere ansiosi? Dopo anni di attacchi di panico e ansia, queste domande diventano questione di vita o di morte per Matt Haig. Che inizia a cercare il legame tra ciò che sente e il mondo intorno a lui. Vita su un pianeta nervoso è uno sguardo personale e vivace su come sentirsi felici, umani e integri nel ventunesimo secolo.



L'autismo spiegato ai non autistici

Brigitte Harrisson

2018

Come vede il mondo una persona autistica? Perché fa tutti quei gesti? Come si sente? È felice? Sono in molti a porsi simili domande sull'autismo; eppure le risposte, di norma, provengono da persone non autistiche. Gli studi scientifici, infatti, hanno sempre preso avvio da un'interpretazione basata sul quadro di riferimento dei «neurotipici», inducendoci a considerare l'autismo da una prospettiva esterna e, pertanto, priva della coerenza necessaria per comprenderlo veramente. Questo libro, invece, dà finalmente voce all'autismo - grazie alla testimonianza diretta di Brigitte -, offrendo ai non autistici la possibilità di confrontarsi con un quadro di riferimento coerente: un'interpretazione molto più rispettosa dell'autismo e delle persone che ne sono affette. Con il contributo di Kim Thúy.

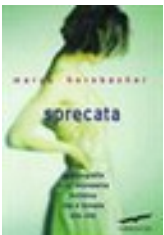


Il motivo per cui salto

Naoki Higashida

2014

Che cosa si prova a essere autistici? Come possiamo sapere che cosa pensa o sente una persona - in particolare un bambino - affetta da autismo, così da poterla aiutare? "Il motivo per cui salto" fornisce alcune risposte. Autistico grave, Naoki ha imparato a comunicare indicando le lettere su una "tastiera di cartone": il suo libro, scritto quando aveva appena tredici anni, ci offre l'opportunità di guardare all'interno della mente di un ragazzo autistico. Ci spiega il comportamento - spesso spiazzante - di chi, come lui, è affetto da tale disturbo, ci invita a condividere la sua percezione del tempo, della vita, della bellezza e della natura, e ci regala un indimenticabile racconto breve. Naoki dimostra al di là di ogni ragionevole dubbio che le persone come lui non mancano di immaginazione, di senso dell'umorismo e di empatia, e al tempo stesso ci rivolge una supplica sincera, chiedendoci di avere pazienza e compassione. Per lo scrittore David Mitchell, "Il motivo per cui salto" è stato un dono di inestimabile valore, perché gli ha concesso di entrare nella testa del figlio, anch'egli affetto da autismo. Con la collaborazione della moglie KA Yoshida, ha tradotto in inglese questo libro con la speranza che possa aiutare altre persone, vincendo una volta per tutte alcuni dei miti più diffusi riguardo a questo disturbo. Per Franco Antonello, autore con il figlio Andrea del volume "Sono graditi visi sorridenti" questo libro è in grado di "guidarci a comprendere una maniera di ragionare completamente diversa..."



Sprecata : autobiografia di un'anoressica-bulimica che è tornata alla vita

Marya Hornbacher

Corbaccio - 1998

"Ho scritto questo libro perché credo che alcune persone ci si riconosceranno. L'ho scritto perché non sono d'accordo con quasi tutto quello che si sostiene a proposito dei disordini alimentari. L'ho scritto perché spesso le persone considerano il disordine alimentare una manifestazione di vanità, pazzia e immaturità. E, in un certo senso, è tutte queste cose insieme. Ma è anche una

dipendenza; una risposta, per quanto perversa, alla cultura, alla famiglia, e a se stessi."



Diario di una mente bipolare

Tiziana Iemmolo

Pluriversum - 2017

«Descrivere uno stato psicotico a chi non l'ha mai vissuto è impresa assai ardua. Nella sfera del mondo razionale apparivo una pazza invasata, che aveva sconnesso il cervello col dato sensibile. Il pensiero scorreva velocemente, le associazioni di idee erano impressionanti, più accresciute, numerose, ogni particolare viveva della sua presenza-assenza. Dovevo curare la mia anima stanca. Ferire il mio corpo, diventato grembo di un bimbo mai arrivato, alveo di un fiume straripante di dolore, per l'assenza scolpita nel cuore di madre. Avevo sognato spesso le manine che si aggrappavano a un mio abbraccio, la cameretta colorata di sogni e nuvole e stelle e arcobaleni dipinti nel soffitto. Volevo gridare al mondo che io sarei stata una brava madre, che avrei amato, incondizionatamente, la creatura che avrei generato».



Attrante, originale ... emotivamente pericoloso : una storia d'amore con una persona con sindrome di Asperger

Barbara Jacobs

2004

La sindrome di Asperger, un disturbo neurologico invisibile e insidioso, perché colpisce proprio la capacità di avere relazioni empatiche e attente ai bisogni dell'altro. Questa è la storia di un uomo con sindrome di Asperger, narrata dalla donna che l'ha amato, il racconto di un amore quasi impossibile ma meraviglioso, e uno studio di questo disturbo. Un'opera essenziale per chi ha un compagno "emotivamente pericoloso" e non riesce a comprendere come una persona generalmente e profondamente innocente e buona possa talora compiere gesti di apparente totale insensibilità o pura cattiveria. Forse anche lui (o lei), come voi, sta cercando di superare la barriera invisibile che divide le persone con sindrome di Asperger dal resto del mondo.



Una mente inquieta

Kay Redfield Jamison

TEA - 1998

È stato dopo molti e ragionevoli dubbi che l'autrice di questa coraggiosa autobiografia, una psichiatra considerata fra le massime autorità nel campo delle ricerche sulla malattia maniaco-depressiva, ha trovato il coraggio di raccontare la propria storia. Una lotta, durata oltre trent'anni contro gli stati maniacali, depressivi e psicotici. Una testimonianza di grandissimo valore, al tempo stesso umano e scientifico, su cosa significhi "essere depressi" e su cosa si possa fare per uscire dal tunnel.



Rapida scende la notte : capire il suicidio

Kay Redfield Jamison

2001

All'età di 28 anni Kay R. Jamison tentò di togliersi la vita. La sopravvivenza segnò per lei l'inizio di una nuova vita, dedicata allo studio della malattia maniacodepressiva e del suicidio. Ora, dopo anni di indagine scientifica e psicologica sull'argomento e una lunga consuetudine con individui suicidi, l'autrice mette in questo libro tutte le conoscenze, le ricerche e le esperienze cliniche accumulate intorno a questo problema. Indagando intorno ai motivi profondi che inducono al suicidio, illustra alcuni esempi dei metodi e dei luoghi scelti dalle persone per mettere in atto tale proposito. Ci parla della cultura e delle basi psicologiche del gesto suicida, delle premesse biologiche e delle patologie psichiatriche.



Il cervello degli adolescenti : tutto quello che è necessario sapere

per aiutare a crescere i nostri figli

Frances E. Jensen

2015

Perché tanti genitori di figli adolescenti hanno la sensazione di essere saliti su un ottovolante impazzito, spettatori impotenti di malumori e improvvisi scoppi di rabbia alternati a momenti di incontenibile espansività ed euforia? Perché, dopo averli cresciuti con amorevoli cure e in base a saldi principi educativi, si ritrovano in casa quindicenni dai capelli multicolori, che passerebbero tutta la notte davanti al computer e a scuola cominciano a dare più di un problema? Cosa accade nella testa dei nostri ragazzi? A tali domande, e a quesiti ancor più angosciosi sul rapporto dei giovani con l'alcol, la droga o addirittura il crimine, la neurologa Frances Jensen risponde proponendo una visione rivoluzionaria del cervello "adolescente". Per molto tempo, infatti, si è ritenuto che lo sviluppo del cervello umano fosse pressoché compiuto con il raggiungimento della pubertà e che, nell'adolescenza, fosse a tutti gli effetti un organo maturo, sia pur privo di esperienza di vita. Nell'ultimo decennio, invece, la neurofisiologia e le neuroscienze hanno scoperto che durante l'adolescenza il cervello attraversa alcuni stadi determinanti del suo processo evolutivo, che ne rendono le funzioni diverse da quelle del cervello adulto.



Una stanza piena di gente

Daniel Keyes

2009

Il 27 ottobre 1977, la polizia di Columbus, Ohio, arresta il ventiduenne Billy Milligan con l'accusa di aver rapito, violentato e rapinato tre studentesse universitarie. Billy ha vari precedenti penali e contro di lui ci sono prove schiaccianti. Ma, durante la perizia psichiatrica richiesta dalla difesa, emerge una verità sconcertante: Billy soffre di un gravissimo disturbo dissociativo dell'identità. Nella sua mente «vivono» ben 10 personalità distinte, che interagiscono tra loro, prendono di volta in volta il sopravvento e spingono Billy a comportarsi in maniera imprevedibile. Nel corso del processo si manifestano il gelido Arthur, 22 anni, che legge e scrive l'arabo; il timoroso Danny, 14 anni, che dipinge solo nature morte; il violento Ragen, 23 anni, jugoslavo, che parla serbo-croato ed è un esperto di karaté; la sensibilissima Christene, 3 anni, che sa scrivere e disegnare, ma soffre di dislessia; e poi Alien, Tommy, David, Adalana e Christopher. Così, per la prima volta nella storia giudiziaria americana, il tribunale emette una sentenza di non colpevolezza per infermità mentale. Tuttavia Billy rimane un rebus irrisolto fino a quando, durante il ricovero in un istituto specializzato, a poco a poco non affiorano altre 14 identità autonome, tra cui spicca «il Maestro», la sintesi della vita e dei ricordi di tutti i 23 alter ego. E proprio grazie alla sua collaborazione è stato possibile

scrivere questo libro.



La bussola del piacere : ovvero perché junk food, sesso, sudore, marijuana, vodka e gioco d'azzardo ci fanno sentire bene
David J. Linden

2012

La sfera del piacere è sempre stata costretta da regole. Attraverso leggi, precetti religiosi e morali tutte le società hanno voluto imporre un confine che separasse il piacere dal vizio e quindi il modo in cui affrontarne il "lato oscuro": la dipendenza. Le moderne tecniche d'indagine sul nostro cervello raccontano però una storia diversa; e ci dicono che molti comportamenti che consideriamo virtuosi, come pregare o fare beneficenza, attivano lo stesso circuito neurale su cui agiscono, per esempio, le droghe e l'alcol, e che la dipendenza non è frutto di una scarsa forza di volontà bensì un disturbo di natura fisiologica. I confini di cosa è bene e cosa è male, di cosa separa il socialmente accettabile dal moralmente deplorabile sono quindi, nella realtà scientifica, molto più sfumati di quanto pensassimo. Una sfida notevole, quella lanciata dalle neuroscienze, che ci porta a ripensare gli aspetti culturali, morali e giuridici che danno forma alla nostra identità e alla nostra presenza all'interno della società.



La libertà di essere diversi : natura e cultura alla prova delle neuroscienze
Lamberto Maffei

2011

La questione di quanto del nostro comportamento e delle nostre scelte sia determinato dal nostro patrimonio genetico e quanto invece dall'ambiente in cui viviamo, dalla cultura in cui siamo immersi, rimane a tutt'oggi attuale e incerta. Se da un lato i geni ci fanno essere come siamo: statura eretta, occhi in posizione frontale e, non ultimo, un grande sviluppo della corteccia cerebrale, dall'altro ci si può chiedere se pensieri, emozioni, comportamenti, atteggiamenti, dipendano solo e unicamente da tali caratteristiche

geneticamente determinate. Siamo davvero ingabbiati nel nostro cervello? L'autore, in queste pagine scritte in modo semplice, accessibile e accattivante, tenta di rispondere a tale dilemma a partire dalla propria esperienza di studioso delle neuroscienze cognitive. Ne emerge una riflessione attuale, profonda e al tempo stesso ricca e documentata dalle scoperte a cui sono giunte le nuove "discipline del cervello".



Svegliami a mezzanotte

Fuani Marino

2019

Un tardo pomeriggio di luglio in un'anonima località di villeggiatura, dopo una giornata passata al mare, una giovane donna, da poco diventata madre, sale all'ultimo piano di una palazzina. Non guarda giù. Si appoggia al davanzale e si getta nel vuoto. Perché l'ha fatto, perché ha voluto suicidarsi? Non lo sappiamo. E forse, in quel momento, non lo sa nemmeno lei. Ma quel tentativo di suicidio non ha avuto successo e oggi, quella giovane donna, vuole capire. Fuani Marino è sopravvissuta a quel gesto e alle cicatrici che ha lasciato sul suo corpo e nella sua vita. Ma le cicatrici possono anche essere una traccia da ripercorrere, un sentiero per trasformare la memoria in scrittura. Marino decide così di usare gli strumenti della letteratura per ricostruire una storia vera, la propria. In parte memoir, in parte racconto della depressione dal di dentro e storia di una guarigione, anamnesi familiare e storia culturale di come la poesia e l'arte hanno raccontato il disturbo bipolare dell'umore, riflessione sulla solitudine in cui vengono lasciate le donne (e le madri in particolare) e ancora studio di come neuroscienze, chimica e psichiatria definiscano quel labile confine tra salute e sofferenza: "Svegliami a mezzanotte" è un testo incandescente nel guardare senza autoindulgenza, anzi a tratti con affilata autoironia, in fondo al buio. Disturbante come a volte è la vita, ma luminoso nella speranza che sa regalare



Volevo essere una farfalla : come l'anoressia mi ha insegnato a

vivere

Michela Marzano

Biografie - 2011

Michela Marzano è un'affermata filosofa e scrittrice, un'autorità negli ambienti della società culturale parigina. Dalla prima infanzia a Roma alla nomina a professore ordinario all'università di Parigi, passando per una laurea e un dottorato alla Normale di Pisa, la sua vita si è svolta all'insegna del "dovere". Un diktat, però, che l'ha portata negli anni a fare sempre di più, sempre meglio, cercando di controllare tutto. Una volontà ferrea, ma una costante violenza sul proprio corpo. "Lei è anoressica" le viene detto da una psichiatra quando ha poco più di vent'anni. "Quando finirà questa maledetta battaglia?" chiede lei anni dopo al suo analista. "Quando smetterà di volere a tutti i costi fare contente le persone a cui vuole bene" le risponde. E ha ragione, solo che è troppo presto. Non è ancora pronta a intraprendere quel percorso interiore che la porterà a fare la pace con se stessa. "L'anoressia non è come un raffreddore. Non passa così, da sola. Ma non è nemmeno una battaglia che si vince". L'anoressia è un sintomo. Che porta allo scoperto quello che fa male dentro. (...) Oggi ho quarant'anni e tutto va bene. Perché sto bene. Cioè... sto male, ma male come chiunque altro. Ed è anche attraverso la mia anoressia che ho imparato a vivere. Anche se le ferite non si rimarginano mai completamente. In questo libro racconto la mia storia. Pensavo che non ne avrei mai parlato, ma col passare degli anni parlarne è diventata una necessità." Michela Marzano



Il cervello : istruzioni per l'uso

John Medina

2010

Per convenzione, la linea *Homo* comincia con *Homo habilis* - creatura di cui non sappiamo quasi nulla, se non che la sua massa cerebrale aveva più o meno le dimensioni di un'arancia - e termina con *Homo sapiens*, cioè noi. Non siamo a conoscenza di nessuna ragione convincente che possa spiegare perché, all'incirca due milioni di anni fa, il nostro cervello abbia improvvisamente incominciato a crescere. Come che sia, un cervello voluminoso è un organo molto esigente. Il nostro, in particolare: pur costituendo appena il 2 per cento della massa corporea, divora il 20 per cento dell'energia disponibile. Sappiamo molte cose, sul nostro cervello, ma è ancora troppo poco. Come funziona? Di che cosa ha bisogno per funzionare al meglio? Perché è in grado di imparare perfettamente le cose più disparate? Perché è così facile dimenticarle? La maggior parte di noi non lo sa. John Medina, biologo molecolare di fama internazionale, per anni ha svolto ricerche sulle misteriose connessioni tra cromosomi e funzioni mentali, tra geni e comportamento. La ricerca in questo specifico campo, cioè dentro il più sofisticato sistema di trasferimento di informazioni a noi noto (stiamo sempre parlando del nostro cervello), corrisponde all'attraversamento di uno dei più affascinanti territori intellettuali che si conoscano. In questo suo libro sorprendente, sulla base delle cognizioni

più avanzate e dell'analisi di casi concreti, John Medina vi si aggira con vivacità narrativa presentandoci vari aspetti, o «regole» - dodici, per l'esattezza -, relative al funzionamento del cervello. Ogni argomento (esercizio fisico, sopravvivenza, connessioni neurali, attenzione, memoria a breve e lungo termine, sonno, stress, integrazione sensoriale, vista, genere, esplorazione), che Medina presenta con humour garbato nei passaggi più tecnici, fornisce idee di applicazione nella vita di tutti i giorni, in particolare sul lavoro e a scuola. Alla fine, ci accorgeremo che questo libro tiene fede alle promesse e che rende conto delle immense potenzialità del nostro cervello e dei modi più efficaci per utilizzarle.



A Siri con amore : una madre, un figlio autistico e la gentilezza delle macchine
Judith Newman

2019

Gus ha tredici anni ed è autistico. Non guarda le persone negli occhi e saltella quando è felice. Quando scopre che Siri, l'assistente vocale di Apple, non solo sa reperire informazioni sulle sue varie ossessioni - treni, autobus, scale mobili, il meteo - ma che può anche parlarne per ore senza mai stufarsi, la elegge a sua migliore amica. Judith si riempie così di gratitudine per questa macchina premurosa dalla voce conciliante e i modi affabili che la sottrae all'ennesima discussione sull'eventualità di tornado a Kansas City, ma che soprattutto aiuta suo figlio a comunicare con il resto del mondo. A Siri con amore è il racconto divertente e onesto di cosa vuol dire vivere con un ragazzo fuori dall'ordinario: un ragazzo che non sa tirare la palla, abbottonarsi la camicia o usare il coltello, che a volte non sa capire la differenza tra realtà e fantasia, ma che sa suonare Beethoven al pianoforte in maniera commovente, che basta che vada da qualunque parte una volta sola e saprà ritrovare la strada per il resto della sua vita, che a volte pensa che le macchine siano suoi amici, e non capisce bene cosa sia un amico in carne e ossa. Ma sente di averne, e ne vorrebbe sempre di più.



Una notte ho sognato che parlavi : così ho imparato a fare il padre di mio figlio autistico
Gianluca Nicoletti <1954- >

2014

Queste pagine narrano la storia quotidianamente e banalmente vera di Tommy, un simpatico e riccioluto adolescente autistico. E del suo straordinario rapporto con il padre, Gianluca Nicoletti. Di un bambino che a tre anni era tanto buono e silenzioso - forse persino troppo - e di suo padre che, quando un neuropsichiatra sentenziò: "Suo figlio è attratto più dagli oggetti che dalle persone", non trovò tutto ciò affatto strano. (In fondo, era stato così anche per lui: aveva cominciato a parlare tardissimo e ora si guadagnava da vivere proprio parlando; quindi, prima o poi, pure Tommy avrebbe iniziato a farsi sentire.) In seguito, con l'arrivo dell'adolescenza, le cose in famiglia improvvisamente cambiarono: quel bambino taciturno diventa un gigante con i peli, forzuto, talvolta aggressivo, spesso incontrollabile, e Gianluca, chiamato in causa dalla moglie sconsigliata, si scopre - suo malgrado - un genitore felicemente indispensabile. "Il padre di un autistico di solito fugge. Quando non fugge, nel tempo lui e il figlio diventano gemelli inseparabili. Tommy è la mia ombra silenziosa" scrive Nicoletti. "È un oracolo da ascoltare stando fermi, e senza troppo arrabattarsi a farlo agitare sui nostri passi. Molto più interessante è respirarlo e cercare di rubare qualcosa del suo segreto d'immota serenità." E allora ecco il racconto dolcemente, sempre franco e disincantato, di un piccolo universo quotidiano...



La vita nascosta del cervello

Alberto Oliverio

2009

Noi riteniamo di essere consapevoli di gran parte dei nostri processi mentali ma la verità è diversa in quanto gran parte delle attività nervose sono inconscie. Il nostro cervello lavora anche quando riteniamo di aver "staccato la spina" e gran parte dei processi mentali, dalla visione, alla memoria, alle decisioni accadono a livello inconscio. Un inconscio diverso rispetto a quello freudiano ma non per questo meno inquietante in quanto numerose funzioni mentali si verificano nostro malgrado o, più semplicemente, a nostra insaputa. Dai primi stati di formazione della mente infantile alla memoria, alle decisioni, ai desideri, alle gratificazioni, ai processi creativi, la dimensione inconscia della mente gioca un ruolo fondamentale e indica che non tutto ciò che accade nel cervello traspare all'Io.



Homo biologicus : come la biologia spiega la natura umana
Pier Vincenzo Piazza

2019

Da millenni ci consideriamo l'unica specie costituita da un'essenza immateriale e un corpo. Da una parte una natura umana volatile, capace di tutto, pronta a morire per la libertà ma che adora la futilità e coltiva l'eccesso. Dall'altra il corpo, una "macchina" programmata da geni immutabili ereditati dai nostri genitori. Ma la scienza del XXI secolo scopre una materia che "finalmente ci assomiglia, una biologia probabilista, scolpita dalle esperienze, che ci spiega chi siamo e perché facciamo quello che facciamo". Una nuova prospettiva che non sminuisce la mente riducendola alla materia, bensì che "eleva" la materia al livello della mente. L'uomo è sempre unico, superiore figlio degli dei ma non a causa di un'immateralità ormai obsoleta: lo è grazie alla sua biologia. In queste pagine, Pier Vincenzo Piazza ci racconta come la biologia sia alla base delle nostre aspirazioni e dei nostri eccessi, come ci spinga verso attività irrazionali, spaccati in due tra spiritualismo conservatore e progressismo materialista. Un altro tipo di uomo si pone in alternativa "un Sapiens completo, che vede la vita in stereoscopia, senza ideologie". Con lui scopriamo, per esempio, come conciliare ecologia e aspirazioni umane, che diventiamo obesi perché siamo troppo intelligenti e che la tossicomania non è un vizio ma una vera malattia di cui conosciamo ormai la biologia. "Homo Biologicus" conferisce alla biologia il potere di dare un senso universale alla vita e guidare la nostra specie verso un nuovo futuro.

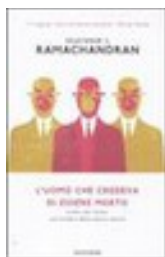


Che cosa sappiamo della mente : gli ultimi progressi delle
neuroscienze raccontati dal massimo esperto mondiale
Vilayanur S. Ramachandran

2004

Il neuroscienziato anglo-indiano Ramachandran fa il punto in questo volume sulla profonda rivoluzione in corso nel campo degli studi sui meccanismi che regolano il funzionamento della mente. Spiega quali relazioni esistono tra la coscienza - il cosiddetto "fantasma nel cervello" - e il senso della vista e come

un danno agli occhi possa modificare la percezione di sé, come e dove hanno origine la creatività individuale e l'invenzione poetica. Frutto di una serie di lezioni, è un volume che guida alla conoscenza dei nuovi traguardi delle ricerche sul cervello.

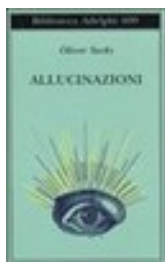


L'uomo che credeva di essere morto : e altri casi clinici sul mistero della natura umana

Vilayanur S. Ramachandran

2012

Perché alcune persone ci attraggono sessualmente? Perché ci affascina una certa melodia, un quadro o un tramonto? Come è nato il linguaggio? Come fa il cervello a dare origine alla coscienza? Ognuno di noi, almeno una volta, si sarà posto qualcuna di queste domande, accontentandosi magari di risposte improvvisate, oppure rassegnandosi a ritenerle insolubili. Il famoso neuroscienziato Vilayanur S. Ramachandran le considera invece stimolanti per approfondire ulteriormente, con il suo inconfondibile stile intuitivo "alla Sherlock Holmes", lo studio di quell'affascinante enigma che sono ancor oggi le connessioni tra corpo, mente e cervello. Il metodo da lui adottato non si basa infatti su astruse categorie filosofiche, ma sull'osservazione concreta di pazienti che, a causa di difetti genetici o di lesioni cerebrali, presentano sintomi stravaganti e in apparenza inspiegabili: tra i casi più singolari, quelli di chi, pur avendo subito l'amputazione di un arto, continua ad avvertirne vividamente l'anomala presenza, di chi "vede" le note musicali o sente il sapore degli oggetti che tocca, fino all'uomo che viveva credendo di essere morto. Riuscire a decifrare fenomeni così bizzarri - sostiene l'autore - vuol dire scoprire sempre qualcosa di nuovo sul funzionamento del cervello umano, una strepitosa macchina che non finirà mai di stupire non solo per le sue "dotazioni" iniziali, ma soprattutto per la straordinaria evoluzione dei neuroni nell'incredibile viaggio che ha portato dai primati a Einstein.

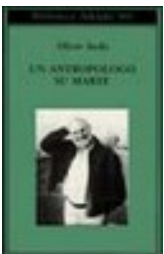


Allucinazioni

Oliver Sacks

2013

Charles Bonnet, naturalista ginevrino del Settecento, si era occupato di tutto: dall'entomologia alla riproduzione dei polpi, dalla botanica alla filosofia. Quando seppe che suo nonno, ormai semicieco, iniziava ad avere «visioni» di strani oggetti flottanti e di ospiti immaginari, volle stenderne un minuzioso resoconto, che passò inosservato per oltre un secolo e mezzo. Oggi la sindrome descritta da Charles Bonnet, che collegava l'insorgere di stati allucinatori con la regressione della vista – come se il cervello intervenisse, a modo suo, per compensare il senso perduto –, è ormai riconosciuta dalla letteratura medica, anche se viene raramente diagnosticata perché le allucinazioni sono associate alla demenza, alla psicosi, e chi ne soffre tende spesso a tacerne. Ma non è sempre stato così: in altri tempi e in altre culture, gli stati alterati di coscienza venivano percepiti come condizione privilegiata – da ricercare e indurre con la meditazione, l'ascesi, le droghe – e hanno influenzato l'arte, il folclore, il senso del divino. Con questa «storia naturale delle allucinazioni» Sacks aggiunge un ulteriore tassello alla sua «scienza romantica», capace di tramutare la casistica medica in una forma d'arte empatica. E prosegue il racconto autobiografico avviato con Zio Tungsteno: dopo l'infanzia, scopriamo così la giovinezza del neurologo più famoso del mondo, trascorsa sulle spiagge della California e costellata di azzardate sperimentazioni psicotrope. Allucinazioni olfattive, uditive, tattili, spaziali, arti fantasma, Doppelgänger, epifanie mistiche, squilibri chimici: ogni argomento viene affrontato con la consueta capacità di immedesimazione, con curiosità ed eleganza innate, e analizzato sotto le lenti della ricerca specialistica, della letteratura e dell'esperienza – clinica e personale – di Sacks. Il risultato è una conferma di quanto scriveva Goethe: «La scienza è nata dalla poesia».



Un antropologo su Marte : sette racconti paradossali
Oliver Sacks

1995

Questo libro di Sacks si situa all'incrocio di biologia e biografia: nelle sue pagine il malato è importante quanto la malattia. I sette capitoli del testo sono narrazioni nelle quali ciascun paziente risalta come persona. Troviamo il pittore di successo colpito da improvvisa cecità ai colori; l'ultimo hippie di New York che un tumore al cervello blocca in una atemporale ripetizione degli anni Sessanta; la paziente autistica che confessa a Sacks la propria difficoltà a comprendere le emozioni umane più complesse esprimendola con la frase: "Il più delle volte mi sento come un antropologo su Marte".



L'occhio della mente

Oliver Sacks

2011

Lilian Kallir è una brillante pianista che predilige Mozart: una sera, allorché deve affrontare il Concerto n. 21 (quello col famoso Andante), la partitura diventa di colpo un intrico di segni incomprensibili; è l'esordio di una neuropatologia che le impedirà, se non di scrivere, di leggere alcunché e altererà la sua percezione sino a farle confondere un violino con un banjo o un rasoio con una penna. Sue Barry è riuscita a diventare neurobiologa nonostante una menomazione invalidante: una forma di "strabismo" che inibisce la visione "stereoscopica", sicché gli occhi sono attivi uno per volta, in alternanza, senza mai potersi coordinare; per lei, la profondità e la terza dimensione sono categorie puramente immaginarie. Sono solo due dei casi raccontati e analizzati nel nuovo libro di Oliver Sacks: storie di amputazioni e deformazioni affettivo-cognitive che sembrano sfociare in drammi senza ritorno. Eppure Sacks mostra ancora una volta come ogni ferita attivi inaspettate strategie adattative, una capacità impensabile di conservare o ridisegnare l'Io e il Sé. Ma per il lettore la vera sorpresa consisterà nel vedere tali dinamiche confermate dall'esperienza personale dello stesso Sacks. Scrutandosi con freddezza clinica, ma senza il timore di rivelare le oscillazioni dei suoi stati d'animo, il neurologo-scienziato parla infatti sia della sua prosopagnosia (l'incapacità di riconoscere i volti), sia dell'odissea legata a un melanoma maligno nella regione dell'occhio sinistro.



L'uomo che scambiò sua moglie per un cappello

Oliver Sacks

2011

L'uomo che scambiò sua moglie per un cappello è un saggio neurologico di Oliver Sacks, pubblicato nel 1985. In esso l'autore racconta alcune sue esperienze cliniche di neurologo e descrive alcuni casi di pazienti con lesioni encefaliche di vario tipo, che hanno prodotto i comportamenti più singolari e imprevedibili.



Un'aliena nel cortile

Clare Sainsbury

Biografie - 2010

Clare Sainsbury aveva vent'anni quando lesse le caratteristiche della sindrome di Asperger e si riconobbe nella descrizione. "La diagnosi fu un enorme sollievo per me. Finalmente i miei problemi avevano un nome e gli altri potevano dire: ecco che cosa ha Clare, non si tratta di una mancanza di impegno o della voglia di fare la difficile". Questo libro straordinario, vincitore del Best Academic Book Award del supplemento educativo del Times, nasce dal desiderio di Clare di raccontare la propria storia, con particolare riguardo alle esperienze avute a scuola, per evitare che altri come lei diventino oggetto di derisione o di prepotenze. Perché nessun altro passi le ore di ricreazione in un angolo del cortile pensando di essere un alieno. "Sogno che un giorno un'astronave scenderà dal cielo sull'asfalto di fronte a me, e ne usciranno delle persone che mi diranno: «È stato tutto un terribile errore. Non saresti mai dovuta essere qui. Noi siamo il tuo popolo e siamo venuti per riportarti a casa»"



Perché alle zebre non viene l'ulcera? : la più istruttiva e divertente guida allo stress e alle malattie che produce : con tutte le soluzioni per vincerlo
Robert M. Sapolsky

2006

Vi siete mai chiesti perché alle zebre e, in genere, ai babbuini, alle iene piuttosto che ai roditori, non viene l'ulcera (ma nemmeno la depressione, la colite, l'infarto, il diabete e altre malattie croniche) mentre agli esseri umani sì? In questo lavoro interamente dedicato allo stress e alle sue conseguenze sulla salute, il neuroscienziato Robert M. Sapolsky risponde a questa domanda tutt'altro che oziosa, spiegando come, di fronte allo stress, l'organismo attivi le medesime risposte fisiologiche di quello animale. Senza però essere in grado di disattivarle con rapidità allo stesso modo. Grazie a trovate divertenti, notizie fuori dall'ordinario, aneddoti personali, uniti a un rigoroso impianto scientifico, l'autore permette di capire a fondo in che modo il nostro sistema nervoso e il

nostro corpo reagiscono ai molti stimoli dello stress, insegnando come imparare a gestirlo e a combatterlo.



I bambini di Asperger : la scoperta dell'autismo nella Vienna nazista
Edith Sheffer

2018

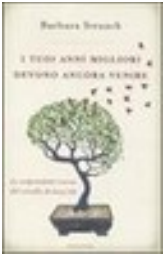
Il nome di Asperger è ormai diffuso e ampiamente utilizzato nella nostra vita quotidiana. Tuttavia nessuno si domanda mai chi fosse l'uomo dietro la diagnosi che lo ha reso celebre. Da madre costretta a farvi fronte, Edith Sheffer ha voluto scoprire le origini di quella diagnosi e, con gli strumenti della storia, ha scelto di ripercorrere la vicenda personale e professionale di Asperger nella Vienna a cavallo tra gli anni trenta e quaranta. Quanto emerso dalle testimonianze e dai documenti getta nuova luce sulla figura del medico austriaco. Mentre il regime nazista selezionava cavie per i suoi esperimenti in base a criteri razziali, politici e religiosi, bersaglio degli psichiatri erano in particolare i bambini classificati come «asociali». Tra questi, Asperger e i suoi colleghi decidevano quali vite fossero «indegne di essere vissute» e disponevano il trasferimento dei piccoli pazienti allo Spiegelgrund, la clinica teatro di uno spietato programma di eutanasia infantile. Dopo la guerra, la diagnosi di «psicopatia autistica» di Asperger cadde nell'oblio fino a quando, nel 1981, venne divulgata da una psichiatra inglese. Con stile narrativo e una solida catena di argomentazioni, l'autrice spinge il lettore a riflettere sul modo in cui le società valutano ed etichettano coloro che vengono classificati come disabili. Mettendo in prospettiva gli eventi storici, Sheffer dà nuovo impulso al dibattito e pone interrogativi non meno inquietanti delle storie che racconta: in che misura una diagnosi è il prodotto di una determinata società? Come è stato possibile che quella formulata da Asperger nel solco degli ideali nazisti di conformità e spirito comunitario abbia incontrato il favore della società individualista di fine Novecento?



Vedere la vita attraverso il disturbo bipolare
Adriano Spada Chiodo

Faust edizioni <Ferrara> - 2018

Il disturbo bipolare dell'umore è un disagio psichiatrico che coinvolge, oltre al soggetto, tutto ciò che fa parte della sua vita. Questo libro (tratto da un'esperienza personale dell'autore, in qualità di amico del caso 0) serve a spiegare tale sindrome, grazie a un linguaggio accessibile a tutti, e a fornire alcuni mezzi necessari sia al paziente sia alle famiglie per affrontare in assoluta armonia la terapia, insieme allo psicologo.



I tuoi anni migliori devono ancora venire : le sorprendenti risorse del cervello di mezz'età
Barbara Strauch

2011

Vi è già capitato di girare esasperati tentando di ricordare dove avete parcheggiato la macchina due ore prima? O di entrare in una stanza e scoprire di aver dimenticato qual era la cosa che eravate andati a prendere? O di fare i salti mortali per evitare di lasciar capire al vostro interlocutore che non riuscite proprio a rammentare chi sia? La prima volta che accadono, episodi simili passano inosservati, ma quando diventano frequenti e si presentano in quella controversa fase della nostra vita chiamata "mezz'età", cominciamo ad avvertire un campanello d'allarme e a domandarci se il nostro cervello non stia definitivamente perdendo alcune delle sue capacità. Le più recenti ricerche al riguardo sembrano escluderlo; anzi, neuroscienziati e psicologi sono convinti che finora le prestazioni del cervello maturo siano state sottovalutate. Certo, l'encefalo perde un po' della preziosa materia grigia di cui è costituito, ma in compenso registra un aumento della sostanza bianca, la mielina, che consente una maggiore velocità di elaborazione dei dati. Barbara Strauch ha condotto sul tema un'indagine a tutto campo, giungendo a dimostrare come oggi le persone di mezz'età forse dimenticano dove hanno lasciato le chiavi di casa, ma riescono a fare contemporaneamente e con disinvoltura un sacco di cose. Il libro presenta le più recenti scoperte scientifiche a proposito delle potenzialità del cervello e offre una guida dei metodi per mantenerlo in forma.



Un urlo rosso sangue
Marilee Strong

1999

Si calcola che ormai siano oltre due milioni gli americani che abitualmente si dedicano a pratiche di automutilazione, infliggendosi - quasi sempre nella totale segretezza - tagli, bruciature e ferite di ogni genere. Il fenomeno è ormai presente in tutto il mondo occidentale, Italia compresa, come manifestazione di un disagio socio-psicologico vissuto per lo più dai giovani. Basandosi su anni di ricerca e su numerose interviste a "dipendenti" dell'automutilazione e a studiosi, l'autrice fornisce le linee guida per l'interpretazione e la terapia di questo disturbo devastante.



Noi siamo il nostro cervello : come pensiamo, soffriamo e amiamo
Dick F. Swaab

2015

Tra i più importanti neurologi contemporanei, Dick Swaab raccoglie in questo libro il lavoro di una vita, tracciando un quadro articolato del funzionamento del cervello, dalla fase prenatale fino agli ultimi istanti della vita. Con stile limpido e rigoroso, Swaab espone i temi più classici - come i processi della memoria, i disturbi neuropsichiatrici, le malattie degenerative - ma anche questioni di grande attualità, come l'identità di genere e la transessualità. Lo studioso apre così la sua riflessione alle questioni di natura morale e religiosa, offrendo un contributo autorevole, e a tratti provocatorio, alla conoscenza di noi stessi, dei nostri sentimenti e delle nostre relazioni sociali.



Nato in un giorno azzurro : [il mistero della mente di un genio dei numeri]
Daniel Tammet

2008

Il 37 è grumoso come semolino, l'89 è neve che cade, i numeri primi sono lisci come ciottoli. Il 31 gennaio 1979, il giorno della sua nascita, è azzurro, come lo sono il 9 e tutti i mercoledì. Così Daniel vede i numeri: come forme e colori che si combinano in calcoli mentali istantanei. Qual è il suo segreto? Una forma di autismo chiamata sindrome di Asperger, che si accompagna a qualità fuori dal comune, tra cui una memoria strabiliante, ma anche terribili difficoltà ad affrontare la vita quotidiana. Daniel è un bambino molto solo: a scuola

bersaglio dei bulli, a casa irrimediabilmente diverso, per quanto amato, dagli otto fratelli e sorelle. È un adolescente tormentato e timido, perennemente sfasato dalla società dei suoi coetanei, da codici comunicativi che non capisce e non sa usare. E anche da adulto la vita è faticosa: ha seri problemi di coordinazione, deve mangiare ogni mattina l'identica quantità di cereali, non può uscire di casa se prima non ha contato gli indumenti che indossa. Ma l'appoggio della famiglia, l'impegno a viaggiare e ad aprirsi a nuove esperienze, e la scoperta dell'amore con Neil, il compagno conosciuto grazie al primo computer, daranno alla sua vita una direzione nuova e un nuovo slancio. "Nato in un giorno azzurro" non è solo una testimonianza unica, un viaggio nella psiche di un genio, ma anche una storia che racconta e spiega la diversità.



Il corpo accusa il colpo : mente, corpo e cervello nell'elaborazione delle memorie traumatiche
Van der Kolk, Bessel A.

2015

In questo libro, Van der Kolk amplia radicalmente lo spettro delle cause e delle conseguenze del trauma, dando speranza e fornendo spiegazioni chiare a chiunque ne sia colpito. Sulla base di trent'anni di esperienza e pratica clinica, evidenzia che il terrore e l'isolamento, aspetti centrali del trauma, rimodellano radicalmente sia il corpo sia il cervello. Le nuove conoscenze sull'istinto di sopravvivenza spiegano perché le persone traumatizzate sperimentino un'ansia e una rabbia intollerabili, e permettono di capire l'impatto del trauma sulla capacità di concentrazione e di memorizzazione, e sulla possibilità di instaurare relazioni basate sulla fiducia, sentendosi "a casa" nel proprio corpo. Integrando i recenti progressi delle neuroscienze e degli studi sull'attaccamento, l'autore indica nuovi percorsi di ricerca, che consentono di ricablare il funzionamento cerebrale, contrastando il senso di impotenza e invisibilità associato al trauma e facendo sì che adulti e bambini possano recuperare la padronanza del proprio corpo e della propria vita.