

**ANSIA E PANICO
TRA
BIOLOGIA E PSICOLOGIA**

Carlo Blundo

*Dipartimento di Neuroscienze Azienda Ospedaliera S. Camillo Forlanini
Università LUMSA Roma*

Panico paura e ansia sono essenziali per la sopravvivenza

Implementazione nel corso della filogenesi e della ontogenesi delle attività cerebrali alla base di questo sistema

Sopravvivenza di sé e della specie legata al soddisfacimento delle attività metabolico-riproduttive (benessere-malessere)

Cervello omeostatico

Sopravvivenza immediata legata alle emozioni primarie

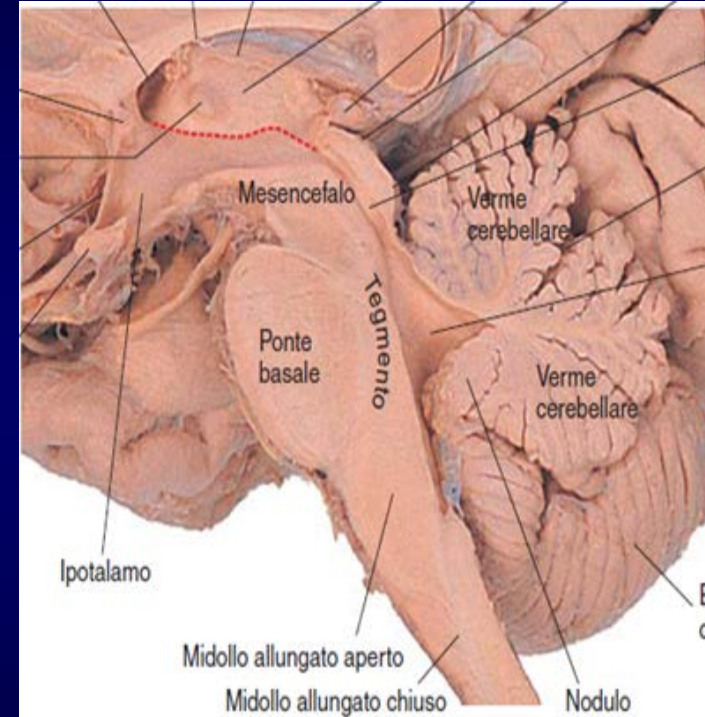
Cervello limbico

Sopravvivenza a medio lungo termine legata alle emozioni secondarie

Cervello neocorticale

Il cervello omeostatico (rettiliano)

struttura	<i>troncoencefalo, ipotalamo, talamo, nuclei della base</i>
specie	<i>pesci, rettili</i>
motivazione	<i>alimentazione, riproduzione</i>
comportamento	<i>esplorazione, consumazione, difesa</i>



Interazione tra i sistemi comportamentali



NEUROPSICOPATOLOGIA DEL CERVELLO OMEOSTATICO

**DISTURBI PSICOPATOLOGICI CON CENTRO DI ORIGINE
NELLA DISFUNZIONE DI FUNZIONI OMEOSTATICHE ED EMOZIONI
DI FONDO CORRELATE**

IL DISTURBO DI PANICO / AGORAFOBIA



REVIEW ARTICLE

Panic disorder: from respiration to the homeostatic brain

Perna G, Caldirola D, Bellodi L. Panic disorder: from respiration to the homeostatic brain

Acta Neuropsychiatrica 2004; **16**:1–11. © Blackwell Munksgaard 2004

Giampaolo Perna, Daniela Caldirola, Laura Bellodi

Anxiety Disorders Clinical and Research Unit, Istituto Scientifico H. San Raffaele, Vita-Salute University, Milan, Italy

Abbassamento della soglia del sistema di allarme per il soffocamento
Ipersensibilità alla ipercapnia (CO₂)



Dispnea, Soffocamento



Malessero



Panico

ATTACCO DI PANICO

L'Attacco di panico e' una **crisi acuta** che **insorge rapidamente** e generalmente dura pochi minuti caratterizzata dalla presenza di numerosi sintomi neurovegetativi e psichici:

- **Dispnea o sensazione di fiato corto**
- Sbandamento, capogiri o sensazione di svenimento
- Palpitazioni o tachicardia
- Tremori
- Sudorazione
- **Sensazione di soffocamento**
- Nausea o disturbi addominali
- Sensazione di irrealta'
- Parestesie
- Vampate di caldo o sensazione di freddo
- Senso di oppressione o dolore toracico
- **Sensazione di morire**
- Paura di impazzire o fare qualcosa di incontrollato

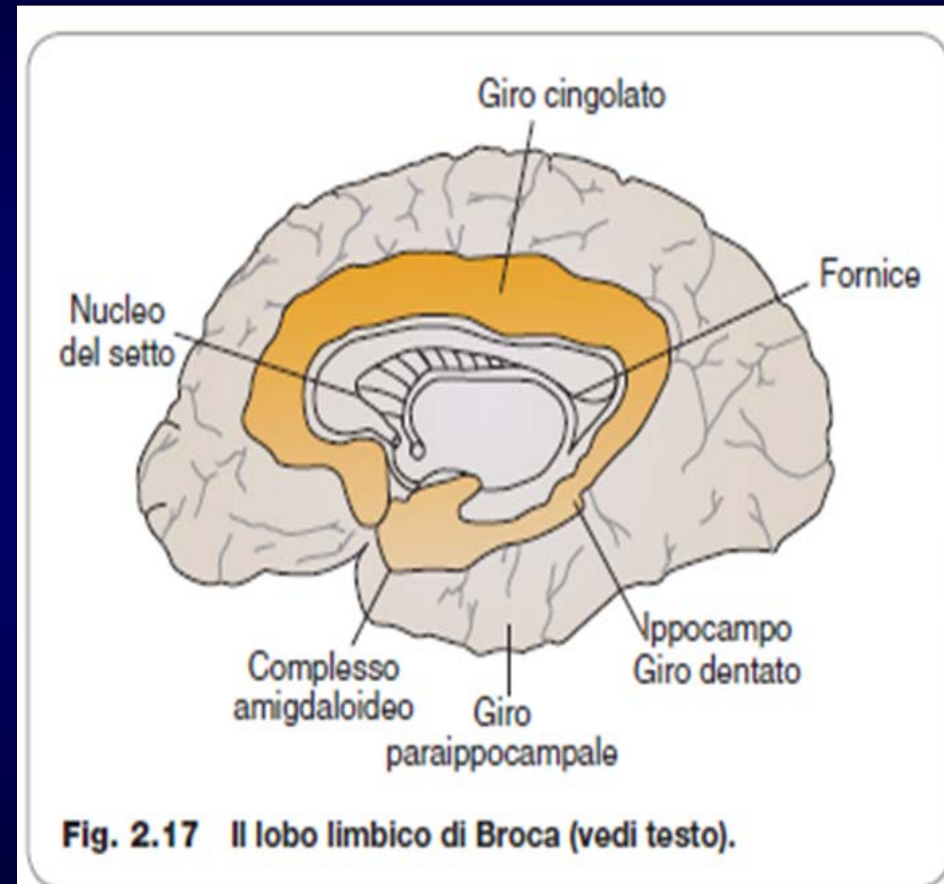
Il panico diviene emozione cosciente quando le operazioni del sistema (rettiliano) di difesa sono cooptate dal **cervello limbico**

L'amigdala rimappa la attività dei circuiti ipotalamici del sistema della difesa e le trasforma nella emozione cosciente della **paura** e della **rabbia**

La differenziazione delle emozioni di fondo **malessere-benessere** avviene per opera del **cervello limbico** che le ricategorizza nell'interazione tra conspecifici in emozioni semplici

Il sistema limbico

Struttura	<i>sistema limbico</i>
specie	<i>uccelli, mammiferi</i>
motivazione	<i>richiesta di cura, offerta di cura, competizione per il rango.</i>
comportamento	<i>attaccamento, accudimento, agonismo.</i>



DAL PANICO ALLA PAURA E ALL'ANSIA

PAURA
ANSIA

Esperienza cosciente

TACHICARDIA
SUDORAZIONE

TREMORI
ATTIVAZIONE
MUSCOLARE

DISPNEA

ATTACCO
DI PANICO

Esperienza non cosciente

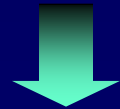
SENSAZIONE DI
SOFFOCAMENTO

LA "MARCIA" DEL PANICO

ATTACCHI DI PANICO INATTESI



IPOCONDRIA



ANSIA ANTICIPATORIA



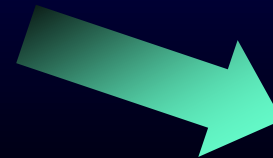
PANICO SITUAZIONALE



EVITAMENTO FOBICO (Agorafobia / Fobia Sociale)



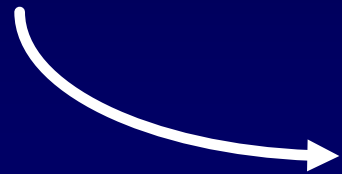
DEPRESSIONE



ABUSO DI SOSTANZE

TRATTAMENTO INTEGRATO DEL DISTURBO DI PANICO

A) Una componente medico-biologica che si avvale dell'utilizzo di **farmaci psicoattivi**.



Blocco della ricorrenza degli attacchi di panico

B) Una componente **psicoterapica cognitivo-comportamentale** che si avvale di tecniche di esposizione comportamentale



Modificazione dei comportamenti e delle abitudini maladattative apprese, in particolare superamento dei comportamenti di evitamento fobico

Terapie Ansiolitiche e Cervello Emotivo

