2 agosto 2010 21:05

USA: Ridurre il desiderio delle sigarette

Nuove speranze per chi cerca, da anni e inutilmente, di liberarsi del vizio delle 'bionde'. Tecniche terapeutiche ad hoc riescono infatti a ridurre il desiderio di sigarette nei fumatori, e questo regolando l'attivita' di due settori distinti ma collegati del cervello. Lo dimostra un nuovo studio, condotto da un ricercatore dell'Universita' di Yale (Usa) e pubblicato online su 'Pnas'.

Insomma, smettere e' tutta una questione di tecnica. I fumatori ai quali vengono insegnate apposite strategie cognitive - come ad esempio pensare alle conseguenze a lungo termine del fumo - mostrano una maggiore attivita' nella corteccia prefrontale, una zona del cervello associata al controllo cognitivo e al pensiero razionale.

Questi fumatori presentano anche una ridotta attivita' nelle aree del corpo striato, associate al desiderio delle droghe e alla ricerca di una ricompensa.

"Questo dimostra che i fumatori possono effettivamente imparare controllare i loro desideri: hanno solo bisogno di sapere come farlo", sostiene Hedy Kober, assistente di psichiatria a Yale e autore dello studio. Proprio il desiderio della sostanza 'nel mirino' e' spesso causa di ricadute nella dipendenza. "Non vediamo alcuna alterazione nella corteccia prefrontale dei fumatori. Questo suggerisce che il cervello e' in grado, quando richiesto, di attivare le regioni 'cruciali' per ridurre il desiderio" di sigarette, ha detto Kober. E buttare alle ortiche il pacchetto.