

Prof. Claudio Mencacci

CONFLITTI FAMILIARI E EPIGENETICA

Bisogna partire sottolineando innanzitutto che il bambino non è, e non può essere trattato, come un piccolo adulto. Ha dei meccanismi di funzionamento psichico e un percorso di sviluppo neurobiologico differenti che devono essere considerati attentamente. In questa età, a partire dalle caratteristiche genetiche individuali, avviene la progressiva costruzione di competenze, capacità e comportamenti individuali che si formano [anche] attraverso l'influenza della famiglia e della comunità. È dunque un periodo in cui si possono riconoscere numerose variabili che possono concorrere al benessere psichico in età adulta (da sempre sono state definite come variabili genetiche e variabili ambientali).

Le moderne neuroscienze hanno mostrato che le esperienze precoci possono portare conseguenze a lungo termine attraverso trasformazioni epi-genetiche, ovvero sia quelle modificazioni ereditabili che variano l'espressione genica pur non alterando la sequenza del DNA (ad esempio alcune metilazioni* proteiche che modificano l'espressione genica). Questo dato mostra un interessante aspetto di biunivocità: non solo infatti l'esposizione ad un ambiente "tossico" (ad esempio a sostanze tossiche durante la gravidanza, o l'esposizione a forti quote di stress come ad esempio in caso di patologie psichiche materne o l'esposizione ad abusi o gravi stress emotivi) porta a trasformazioni "negative" (è stata segnalata una ipermetilazione che porta a un'alterata risposta a lungo termine dell'asse ipotalamo-ipofisi-surrene responsabile della risposta agli stress), ma anche un ambiente "fertile" e protettivo porta alla correzione di tali modificazioni, con effetti protettivi a lungo termine.

Quando parliamo del nostro cervello parliamo quindi di un sistema estremamente dinamico, responsivo agli stimoli esterni, positivi e negativi, nel corso di tutta la vita, ma soprattutto in alcune fasi specifiche. Tra queste l'infanzia e l'adolescenza appaiono due "periodi finestra" estremamente sensibili che devono essere tutelati per permettere un futuro sviluppo psichico positivo.

Dal punto di vista psichico la tutela di questa fascia d'età si manifesta attraverso due grosse linee guida: da un lato la protezione rispetto a fattori nocivi, dall'altro l'inserimento in contesti "arricchenti" dal punto di vista cognitivo ed educativo (come dovrebbe essere l'ambiente scolastico).

Tra i fattori nocivi rientrano l'abuso psicologico o emozionale (maltrattamenti emotivi, atteggiamenti di rifiuto o di denigrazione, trasmissione di paure e sottomissione).

Gli stress emozionali, derivanti dai conflitti genitoriali fuori controllo, nonché la violenza all'infanzia sono molto gravi, hanno conseguenze devastanti anche perché il bambino non ha gli strumenti di difesa necessari per far sì che tale violenza non generi gravissime conseguenze sul suo sviluppo. Molto spesso tali violenze vengono perpetrate nel tempo, seguono per anni l'esistenza del bambino il quale si allontana dal dialogo familiare e sociale, entra in un mondo tutto suo, in un contesto di angoscia e solitudine che gli impedisce di comunicare e quindi di esprimere i propri sentimenti. Il bambino vive tra sentimenti di colpa, profonda angoscia e molta confusione. A volte sono compresenti diverse forme di violenza, alcune più rilevabili ed esplicite, altre occulte e celate, che affliggono il bambino nel corso del suo sviluppo.

Le conseguenze psicologiche a lungo termine della violenza subita in gravidanza o lo stress emotivo legato alla conflittualità familiare, provocano effetti gravi ed estremamente dannosi sullo sviluppo psicologico del bambino. Con elevata probabilità il bambino dopo la nascita sarà testimone di episodi di violenza. Inoltre gli studi dimostrano che l'uomo che usa violenza contro la partner probabilmente usa violenza anche contro i figli.

L'esposizione alla violenza domestica modifica alcune aree cerebrali dei bambini (insula anteriore, amigdala) con un'alta probabilità di sviluppare severi disturbi di ansia, riduzione QI, aumento consumo alcol, e rischio 6 volte maggiore di suicidio, disturbi comportamentali antisociali con maggiori probabilità di essere oggetti e soggetti di violenza

La violenza domestica nei bambini produce cambiamenti nelle funzioni cerebrali simili a quelli che si riscontrano nel cervello dei soldati durante il combattimento. Sono bambini molto più allertati e sensibili a possibili minacce di pericolo. I bambini esposti a violenza domestica (studio su 236), mostrano un'erosione dei telomeri (regione terminale del cromosoma composto di DNA altamente ripetuto che evita la perdita di informazioni durante la duplicazione dei cromosomi). La loro erosione (accorciamento) è indice di invecchiamento cellulare, sono bambini più vecchi di 5 anni rispetto ai coetanei.

La violenza domestica, subita prima, durante, dopo la gravidanza e nell'infanzia, comporta non solo gravi conseguenze sul cervello della donna, ma anche sul bambino che ne risente dalla fase fetale all'età adulta.

UNA VIOLENZA CHE TENDE A REPLICARSI, UNA CATENA DA ARRESTARE

- La [metilazione](#) del DNA è una modificazione [epigenetica](#) del [DNA](#). Il processo consiste nel legame di un gruppo [metile](#) (-CH₃) ad una base azotata. Differenti basi azotate possono subire questo tipo di modificazione per diverse funzioni. La funzione di questa metilazione è quella di proteggere il genoma.