



Asma Bronchiale: Aspetti Emotivi, Psicologici e Indicazioni alla Psicoterapia

L'Asma Bronchiale è una condizione che coinvolge **aspetti immunofisiologici di base che rappresentano una predisposizione su cui si innestano meccanismi scatenanti di diversa natura.**

Tra le cause scatenanti dell'asma bronchiale, infatti non ci sono solo allergie ed infezioni, ma anche **stati affettivi di maggiore o minore intensità.** Come risaputo, la congestione asmatica è caratterizzata da una combinazione di bronco-spasmo, edema, ipersecrezione. L'influenza dei fattori emotivi sembra essere esercitata a diversi livelli: ipotalamico, limbico, neurovegetativo e periferico.

Tra i fattori predisponenti, che condizionano il funzionamento immunofisiologico di base, troviamo non solo elementi costituzionali e maturativi o patologie mediche, ma molto spesso **esperienze precoci di accudimento riconducibili allo sviluppo dei meccanismi di autoregolazione nei primi anni di vita del bambino.**

In particolar modo sembrano giocare un ruolo importante un condizionamento prematuro all'autocontrollo e un condizionamento verso una precoce **soppressione del pianto e delle prime manifestazioni comportamentali di aggressività, come il morso del seno materno, le urla e i vocalizzi di protesta.**

L'attacco asmatico può essere scatenato non solo dalle reazioni emotive (per esempio conflitti con l'autorità o disagio per una condizione di dipendenza) ma anche in base a suggestione o a stimoli inerti. Da tali evidenze è nata l'ipotesi che l'attacco asmatico possa essere una forma di condizionamento e una risposta di eccessiva generalizzazione che produce un inadeguato comportamento respiratorio, con un uso inadeguato dei muscoli respiratori.

L'asma bronchiale sembra essere composta da una complessa combinazione di **esperienze infantili, connesse all'autoregolazione e all'espressione dell'affettività negativa, su cui si innescano fragilità costituzionali e alterazioni dello sviluppo immunofisiologico, allergie, infiammazione e infezioni, che a loro volta producono una risposta comportamentale che viene appresa e generalizzata attraverso meccanismi di associazione nei quali rientrano nuovamente esperienze ansiose anticipatorie e conflitti emotivi.**

I fattori emotivi perciò sono importanti anche nella gestione e nel trattamento dell'asma bronchiale e rappresentano un fattore prognostico da tenere in debita considerazione.

L'atteggiamento psicologico verso la crisi asmatica può variare da un'amplificazione incoerente rispetto ad una valutazione della funzione ventilatoria, fino ad una opposta negazione dei sintomi. Le relazioni sociali e parentali contribuiscono infine ad indirizzare l'atteggiamento psicologico e il comportamento del soggetto asmatico. La psicoterapia psicodinamica può essere utilmente integrata nel trattamento dell'asma bronchiale, in particolar modo se orientata ad una maggiore consapevolezza della propria emotività, alla negoziazione e al superamento dei conflitti emotivi di base che sono coinvolti nelle crisi asmatiche, sia tra i fattori predisponenti, sia tra i fattori scatenanti. Inoltre, appare utile anche sul piano del benessere psicologico lo sviluppo di capacità autoregatorie e relazionali che aiutino in una migliore espressione emotiva, più aperta e sicura.