

IN SONNO Secondo gli ultimi studi, incubi intensi e frequenti sono la spia del Parkinson

I brutti sogni parlano di noi e talora «annunciano» la malattia

GLI INCUBI notturni? Potrebbero essere i postumi di una brutta cena della sera precedente, ma anche i segnali di qualcosa di serio. Secondo uno studio del dipartimento di Neurologia dell'Hospital Clinic di Barcellona, le persone adulte che durante il sonno Rem si agitano molto nel proprio letto potrebbero avere disturbi neurologici e sviluppare forme di demenza. Il 30 per cento dei soggetti over 60 coinvolti nello studio ha presentato infatti, circa due anni e mezzo dopo la diagnosi del disturbo del sonno, una patologia neurologica (nella maggior parte Parkinson). In un libro in uscita nei prossimi giorni si con-

ferma come la qualità dei sogni possa fornire informazioni sullo stato di salute. In *La bussola dei sogni* (FrancoAngeli, pp. 230, euro 17), Teresa L. DeCicco, docente alla Trent University (Canada) e dirigente dell'International Association for the Study of Dreams, sostiene che «i sogni sono chiaramente connessi con il corpo come lo è la mente in generale. In particolare, possono anche essere premonitori e rivelare una patologia, e la sua localizzazione, prima ancora che la persona ne sia consapevole».



In un suo recente studio pubblicato sull'*International Journal of Dream Research* dimostra che la maggior parte delle donne che hanno un cancro al seno ancora non

diagnosticato sognano pipistrelli aggrappati al petto o hanno visioni agitate con protagonista il torace. Nei casi

in cui si è invece consci della malattia, il sogno può indicarne un peggioramento. Ma quali segnali devono preoccupare? «La frequenza, l'intensità e la durata di un incubo dovrebbe far riflettere».

(rossana campisi) ✕



CORPO & MENTE

Cellule colpite da Parkinson (a sinistra) e cellule tumorali (qui accanto). Secondo Teresa L. DeCicco, la mente, nel sonno, rivela il malessere dell'organismo

