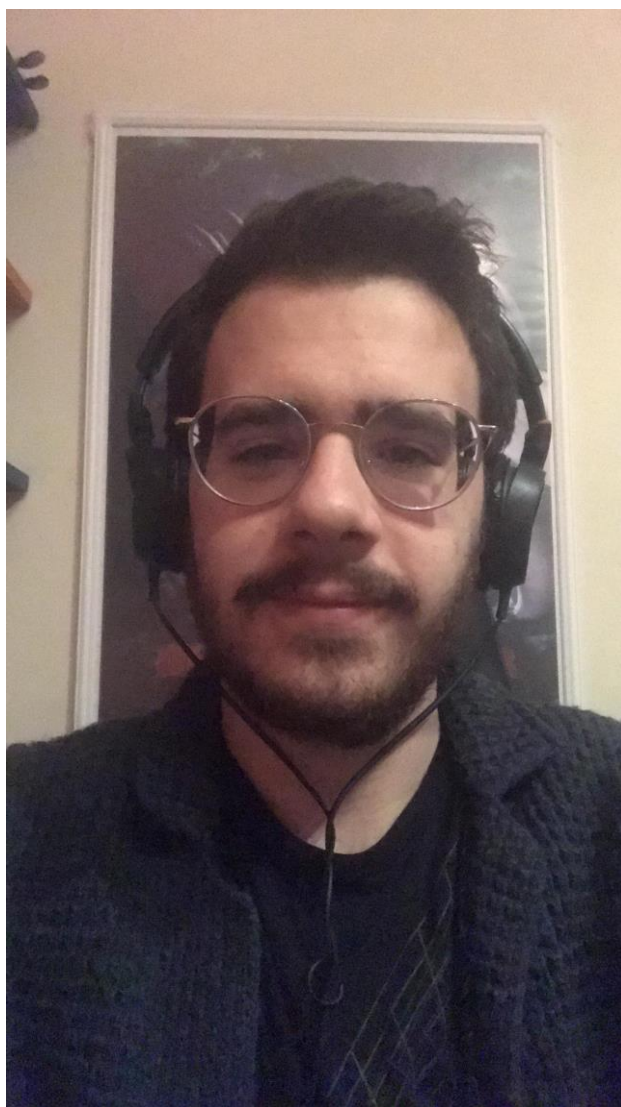




Misofonia



Giorgio Bertolami

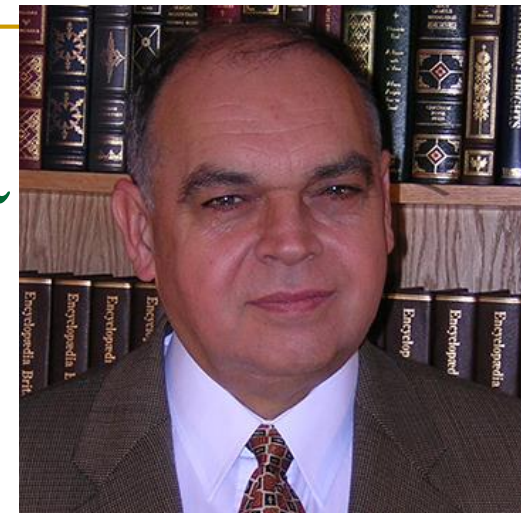


Indice

- Introduzione e terminologia
- Capacità dell'udito
- Percezione del suono
- Misofonia, cosa è?
- Cosa la innesca?
- Cause
- Diagnosi
- Trattamento
- Farmaci



Introduzione e terminologia



Il termine misofonia è stato coniato nel 2001 e introdotto in letteratura nel 2002, dal gruppo di lavoro di Pawel Jastreboff per indicare quei pazienti che reagivano negativamente solo verso determinati suoni. E' una parola di origine greca, frutto dell'unione tra:

- • Il termine "misos" (μῖσος), che significa "odio",
- • Il termine "fonos" (φόνος), che vuol dire "suono" o "voce".

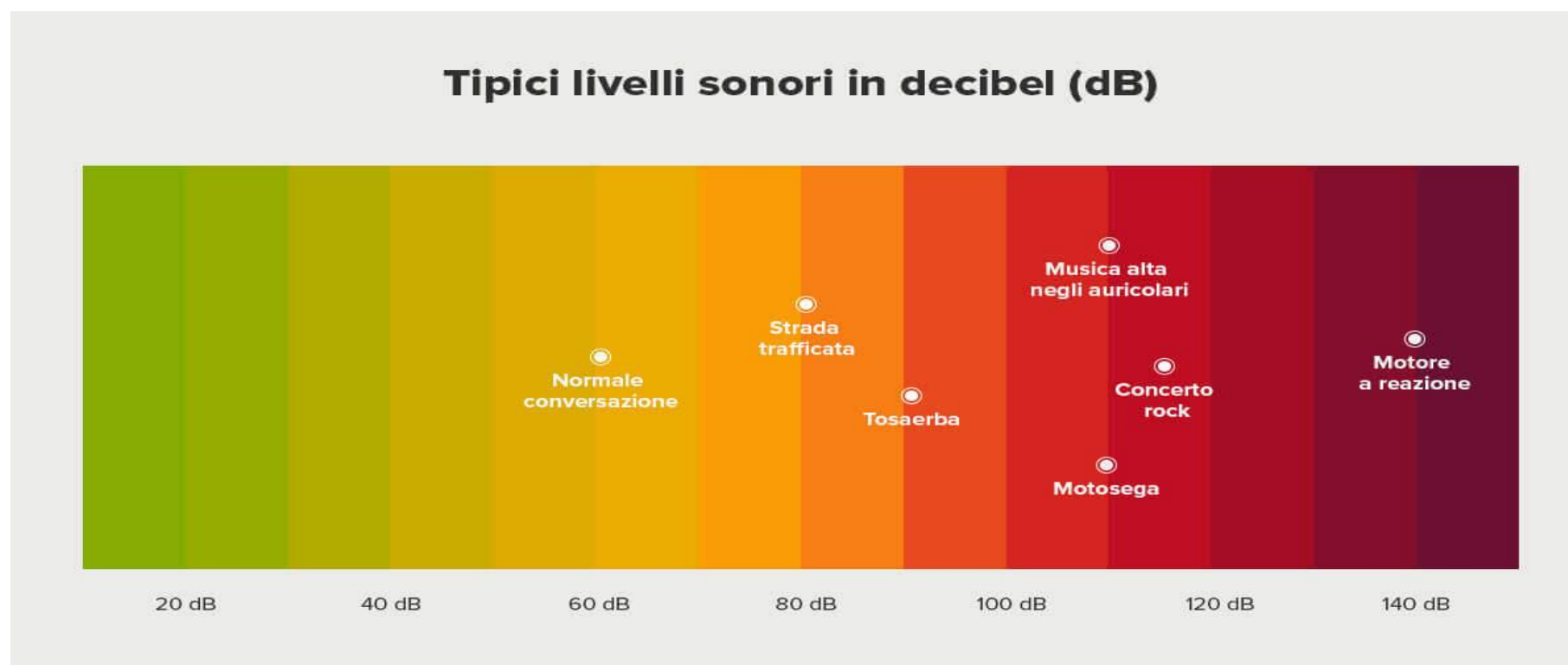
Quindi, letteralmente, misofonia significa "odio per il suono".



Capacità dell'udito

L'orecchio umano è in grado di udire e distinguere suoni tra i 20 Hz e i 20KHz.

L'ampiezza di un'onda viene misurata in Decibel. Per i suoni percepiti dall'udito si è soliti usare come unità di misura la pressione sonora con riferimento a quella di 1000Hz. Il motivo per il quale si sceglie la scala logaritmica è perché vi è un enorme range di valori della pressione sonora. La soglia dell'udito viene utilizzata come ' della scale mentre la soglia del dolore fisico si trova a 130, oltre questo valore l'orecchio umano inizia a subire dei danni che variano dipendentemente dall'intensità dell'onda e possono diventare permanenti.





Percezione del suono



- Tutto ha inizio dal padiglione auricolare, che funge da vera e propria parabola in grado di raccogliere le onde sonore provenienti dall'ambiente esterno. Esse poi viaggiano attraverso il canale uditivo esterno e colpiscono il timpano, che vibra trasmettendo tali vibrazioni ai tre ossicini dell'orecchio medio (martello, incudine e staffa); essi a loro volta amplificano il suono e inviano le onde sonore all'orecchio interno, in particolare alla coclea al cui interno si trovano i nervi uditivi, i quali convertono gli input sonori in input elettrici in modo che giungano al cervello dove, finalmente, vengono tradotti in suoni.

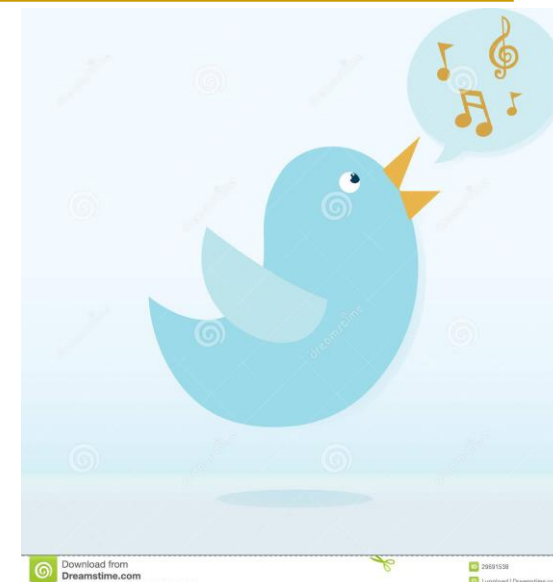


Misofonia, cosa è?

- La misofonia è una reazione di intolleranza a uno o più suoni, indipendentemente dal fatto che sia forte o debole o dalle caratteristiche acustiche del suono stesso. Il tipo di suono che scatena la reazione è specifico per ogni individuo e può scatenare reazioni di rabbia, ansia o addirittura panico.



Cosa la innesca?



- I suoni nasali (russare, singhiozzare)
- I suoni orali (sgranocchiare, mangiarsi le unghie)
- Il pianto dei bambini
- I suoni degli animali (cinguettio degli uccelli, gracchiare delle rane)
- I suoni emessi con i movimenti del corpo (scrocchiare le articolazioni)
- I suoni ambientali (suonerie dei cellulari, ticchettio degli orologi)



Cause

- Poiché non vi sono ancora abbastanza conoscenze sul funzionamento uditivo dell'orecchio si ha poca chiarezza sulle possibili cause della misofonia. I medici e gli esperti in materia sono propensi a ritenere che il disturbo sia, in qualche modo, connesso a un malfunzionamento del sistema (o apparato) uditivo centrale relativamente al cervello; mentre escludono che all'origine ci siano problemi specifici dell'orecchio oppure alterazioni legate alla struttura del cervello.



Diagnosi



La misofonia si manifesta attraverso delle risposte comportamentali e corporee che si verificano in presenza di particolari suoni/rumori.

Vi sono diverse tipologie di risposte al suono “sgradito” che possono avvenire, tra queste troviamo:

- -Fastidio o disagio;
- -Episodi di panico, talvolta anche incontrollato;
- -Episodi di rabbia;
- -Agitazione;
- -Aggressività e irritabilità;
- -Tendenza ad allontanarsi dalla fonte del suono verso cui c'è intolleranza;
- -Attacchi d'ansia, tensione muscolare, sudorazione;
- -Disgusto;

Come può essere diagnosticata la misofonia?

Per una diagnosi corretta di misofonia, sono fondamentali: l'esame obiettivo, un questionario relativo ai campanelli delle reazioni d'intolleranza e i test che permettono di escludere tutte quelle condizioni mediche riconosciute, responsabili di sintomi simili (questa procedura viene chiamata diagnosi differenziale).



Trattamento

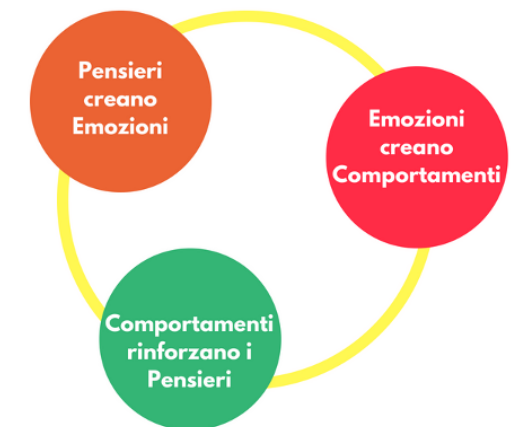
Le incertezze non aiutano tanto sulle cause quanto sul trattamento tuttavia si sono comunque trovate delle soluzioni che possono affrontare diligentemente il problema.

La prima è la sound therapy. Scopo della terapia del suono, nota anche con la sigla TRT (Tinnitus Retraining Therapy) è la desensibilizzazione acustica del paziente. A livello pratico, questi processi consistono nell'esporre via via il paziente a livelli più intensi di certe onde sonore (che nella realtà vengono poi tradotti dal nostro cervello in suoni/rumori) in modo da svilupparne una resistenza abituando l'encefalo alla presenza di tali rumori.



Trattamento

Terapia cognitivo comportamentale



<https://www.apc.it/>

Un'altra tipologia di cura è la terapia cognitivo-comportamentale, il suo scopo è istruire il paziente sul disturbo di cui soffre in modo tale che riesca in qualche modo a dominarlo.

In genere, questo particolare trattamento è riservato alle malattie mentali (è una cura di tipo psicologico), tuttavia i medici hanno notato che risulta efficace anche nel caso di alcuni disturbi acustici caratterizzati da attacchi di panico e disturbi d'ansia crescenti.

Rispetto alla prima è una terapia decisamente meno invasiva che decide di sfruttare maggiormente la psiche rispetto alle abitudini corporee.



Farmaci

- Svvariati medici hanno testato diverse classi di farmaci sulle persone con disturbi di misofonia con l'intento di capire se ci fosse una o più sostanze farmacologiche in grado di sortire un qualche effetto terapeutico. Dal punto di vista sperimentale non vi sono però stati ottimi risultati, né per quanto riguarda integratori, né per farmaci veri e propri come antidepressivi e ansiolitici, solitamente utilizzati per altri campi con sintomatiche simili.



Conclusioni



- Con questo progetto si vuole presentare un disturbo comune un po' a tutti ma che passa sempre inosservato, non viene mai attenzionato. Ho voluto trattare il disturbo della misofonia da tutte le sue sfaccettature, non solo per farne risaltare le sue caratteristiche e il legame con l'orecchio umano ma anche per evidenziarne i punti di debolezza e le lacune che ancora oggi si hanno riguardanti lo studio di questo disturbo e il funzionamento cognitivo dell'apparato uditivo che probabilmente risulta ad esso legato



giorgioberto1990@libero.it

GRAZIE PER L'ATTENZIONE