



Il cervello delle donne di Louann Brizendine

Edizioni Rizzoli, 2007 (Morgan Road Books, 2006)
pagg.305, 18 €

L'autrice

Louann Brizendine vive a S.Francisco, è neuropsichiatria dell'Università della California.

Nel 1994 ha fondato il *Women's and Teen Girls' Mood* e la *Hormone clinic*, clinica psichiatrica da lei diretta, che si occupa del trattamento di donne di tutte le età che presentino ansia, disturbi dell'umore, delle funzioni sessuali e dello stato di benessere provocati da influenze ormonali sul cervello.

Per chi volesse avere maggiori notizie:

http://en.wikipedia.org/wiki/Louann_Brizendine



Il libro

"...La biologia rappresenta il fondamento della personalità e delle tendenze comportamentali (...) Riconoscendo che la biologia è influenzata da altri fattori, compresi gli ormoni sessuali e il loro flusso, è impossibile impedirle di creare una realtà univoca e inalterabile da cui essere dominati (...) La biologia influenza pesantemente la vita delle donne, ma non la imprigiona; è possibile cambiare questa realtà. E usare l'intelligenza e la volontà per esaltare o, se necessario, per modificare gli effetti degli ormoni sessuali sulla struttura cerebrale, sul comportamento, la creatività e il destino...."

Gli ormoni femminili condizionano il nostro cervello e determinano, in combinazione con l'ambiente in cui viviamo, le nostre emozioni, i nostri comportamenti, le nostre scelte, insomma la nostra modalità di stare al mondo.

Anche il testosterone, l'ormone maschile per eccellenza, ha un ruolo fondamentale nell'organismo femminile.

La neuropsichiatria americana Louann Brizendine, partendo da questi presupposti, spiega come funziona il cervello femminile, sia nella sua ciclicità mensile, sia nella ciclicità delle fasi della vita delle donne, (adolescenza, gravidanza, allattamento, menopausa). Ancora, sottolinea la differenza di sviluppo e di funzione delle strutture cerebrali di maschi e femmine, determinati dalle differenze ormonali ed evidenziabili sin dalla vita intra uterina.

Il mio commento

Il libro è molto chiaro e di facile lettura, anche per coloro che non hanno grandi basi di biologia. Mi infastidisce un po' il modo tipicamente americano di fare libri divulgativi, tuttavia il risultato è buono, e io ritengo importante che le donne conoscano e tengano in considerazione il proprio corpo e il suo funzionamento, così complesso ma unico. Ritengo sia il primo passo, o almeno uno dei primi, per apprezzare se stesse.

Talvolta si ha l'impressione che l'autrice dimostri troppo entusiasmo per le terapie ormonali sostitutive, come fossero la panacea per tutti i mali: anche questo è un vizio tutto americano; certo è importante non sottovalutarne l'importanza, ma spesso ho avuto la sensazione che il libro sia sponsorizzato dalle case farmaceutiche che producono ormoni.

Ma questa è un'altra storia.....e quindi buona lettura.

Naturalmente sono disponibile per ogni chiarimento e discussione in proposito.

Donatella Moroso