

RICERCA: GLI AQUILANI SCOPRONO COME DIMENTICHIAMO I SOGNI

5 Maggio 2011

L'AQUILA – I sogni notturni si ricordano solo in presenza di precise oscillazioni elettriche, le stesse che permettono di immagazzinare i ricordi “veri”.

Lo ha scoperto uno studio del dipartimento di Psicologia della Sapienza e dell'Associazione Fatebenefratelli per la ricerca (Afar), insieme a ricercatori delle Università dell'Aquila e Bologna, pubblicato dal Journal of Neuroscience.

La ricerca ha dimostrato che solo se la corteccia cerebrale presenta oscillazioni elettriche lente, chiamate onde theta, durante la fase Rem del sonno le persone ricorderanno il sogno appena prima del risveglio.

Gli esperti hanno dimostrato che si tratta dello stesso meccanismo che si riscontra anche in stato di veglia per la cosiddetta memoria episodica, fenomeno già noto agli studiosi.

“Quando si chiede a una persona di ricordare fatti e situazioni – spiega Luigi De Gennaro, coordinatore della ricerca – la presenza di specifiche oscillazioni elettriche nelle aree frontali rende possibile il ricordo; se questo non accade, la memoria dell'evento apparentemente sarà perduta per sempre”.

Lo studio ha inoltre dimostrato che si sogna anche al di fuori della fase Rem, seppur in questo caso il meccanismo che trattiene il ricordo è diverso.

“In sostanza – conclude De Gennaro – non sappiamo ancora perché ricordiamo o dimentichiamo i sogni, ma abbiamo finalmente identificato come ricordiamo e come dimentichiamo”.