

SOMMARIO

5 Prefazione

STRESS

9 Introduzione

10 Cos'è lo stress: dal fisiologico al patologico

13 Lo stress visto dall'interno

PSICO-NEURO-ENDOCRINO-IMMUNOLOGIA

21 Introduzione

23 Il sistema nervoso: la chiave di volta

23 L'immagine plastica dell'animo umano

25 Del particolare non si dà scienza

27 Neuroni e neurotrasmettitori: unici protagonisti?

28 Il cervello come organo immunitario

30 Il cervello come ghiandola endocrina

33 Con le proprie leggi

35 Cosa c'entra l'infiammazione: le cellule immunitarie per comunicare e interagire

35 Milizie, armamenti e risorse

37 In nomen omen: l'infiammazione

39 L'infiammazione è stressante?

41 A fuoco!

42 Il sistema endocrino: la grande orchestra

42 Quali sono le ghiandole endocrine?

43 Accudire, essere amichevoli e fare sesso

44 Tra cristi e demoni

L'EPIGENETICA: DALL'AMBIENTE AI GENI

51 Introduzione

53 Il grande libro: dna, codice genetico e i meccanismi di lettura

55 Lucchetti e segnalibri: i meccanismi epigenetici

- 56 Si può ereditare un trauma?
- 58 L'uomo epigenetico: l'epigenetica nelle fasi della vita
- 65 Pni ed epigenetica
- 72 Considerazioni conclusive
- 74 Bibliografia