



Le cause della depressione

di Salvatore Di Salvo

Il Disturbo Depressivo è determinato da un insieme di concause sia di natura biologica sia conseguenti a eventi esterni. Descriviamo di seguito i più frequenti.

Fattori ereditari

Gli studi finora effettuati hanno fornito risultati contrastanti e non sono ancora chiare le modalità di trasmissione genetica: si è ipotizzata la responsabilità di un singolo gene dominante a penetranza variabile oppure un'ereditarietà poligenica, cioè legata alla trasmissione di più geni. Secondo le più recenti ricerche i fattori genetici rivestono un ruolo importante solo in alcuni tipi di disturbi dell'umore: i Disturbi Bipolari e il Disturbo Depressivo Ricorrente.

Avere genitori con disturbi dell'umore comporta un doppio fattore di rischio: alla possibilità di ereditare la predisposizione biologica si deve aggiungere la maggiore probabilità che si verifichino alterazioni dello sviluppo conseguenti al vivere in un ambiente disturbato. Nelle famiglie in cui uno dei genitori soffre di una patologia dell'umore, infatti, sono più frequenti le conflittualità coniugali, le separazioni, i divorzi ed il suicidio.

Temperamento

I soggetti predisposti alla depressione hanno spesso un particolare temperamento che si riflette sia sull'intensità con cui sentimenti ed emozioni sono vissuti, sia sul grado di risonanza affettiva degli avvenimenti esterni. Diverse e complesse sono le possibili interazioni tra temperamento e patologia: è probabile che il temperamento sia trasmesso geneticamente e che quindi preceda l'insorgenza del disturbo. Le caratteristiche temperamentali, inoltre, potrebbero favorire l'insorgenza e le ricadute depressive interagendo con altri fattori quali tensioni interpersonali, intensa reattività emotiva, alterazioni del sonno, abuso di sostanze.

Quando, inoltre, è presente il temperamento depressivo, il disturbo ha esordio precoce e tende ad avere un maggior numero di recidive.

Bisogna comunque tenere presente che la predisposizione ad una malattia *non equivale* a doverla necessariamente contrarre. Data l'importanza di questo concetto, cerchiamo di chiarirlo con un esempio. Il fatto che un soggetto abbia una predisposizione al diabete (eccessiva quantità di "zuccheri" nel sangue), non equivale al fatto che sia diabetico né che debba necessariamente

diventarlo. E' però probabile che, se segue una dieta molto ricca di carboidrati (zuccheri), sviluppi un disturbo diabetico più facilmente rispetto a chi non ha questo tipo di predisposizione. Allo stesso modo chi ha un temperamento depressivo non necessariamente dovrà soffrire di crisi depressive, ma avrà maggiori probabilità di altri di sviluppare il disturbo.

Le caratteristiche del temperamento depressivo verranno descritte in modo più approfondito in un capitolo successivo.

Eventi precoci

Le classiche teorie psicoanalitiche ipotizzano che eventi esistenziali nell'infanzia, soprattutto la perdita dei genitori, svolgono un ruolo importante nella genesi della depressione. Alcuni studi hanno evidenziato che le perdite nell'infanzia favoriscono lo sviluppo di una struttura di personalità "autodenigrante" caratterizzata da visione negativa di sé, del mondo e del futuro, che facilita l'esordio di una depressione nell'adulto.

Eventi di vita

È opinione diffusa che le crisi depressive insorgano in circostanze di vita avverse, soprattutto dopo "eventi di perdita" che negli adulti comprendono anche cambiamenti di stile di vita e mancanza di supporto sociale. I fattori esterni sembrano esercitare la loro influenza in particolare sull'esordio dei primi episodi depressivi mentre, man mano che il disturbo progredisce, le crisi appaiono sganciate dalle determinanti ambientali. Poiché la maggior parte degli individui esposti ad avversità ambientali non sviluppa depressione, è probabile che le circostanze esterne svolgano funzione patogenetica solo in soggetti con predisposizione a sviluppare la patologia depressiva.

Stressors fisici

È noto che alcune malattie e l'assunzione di farmaci o sostanze possono precedere l'insorgenza di un episodio depressivo. Anche questi fattori, come quelli ambientali, non rappresentano vere e proprie "cause" in grado di produrre ex novo una patologia, ma fattori che ne facilitano l'insorgenza in soggetti predisposti.