



Depressione, quali le cause?

Gentile dott. Di Salvo, ad un certo punto della mia vita, senza un avvenimento scatenante sono stata assalita dal mal di vivere. Quali sono le cause della depressione? **Sonia Roggio**

Gentile lettrice, Il Disturbo Depressivo è determinato da un insieme di concause di natura biologica e conseguenti a eventi esterni. Descriviamo di seguito le più frequenti.

Fattori ereditari - Gli studi finora effettuati hanno fornito risultati contrastanti e non sono ancora chiare le modalità di trasmissione genetica: è stata 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 prevalente solo nell'1-2% dei casi.

Temperamento depressivo - Il temperamento depressivo è caratterizzato da persistente sentimento di tristezza, basso livello d'energia, evidente soprattutto al mattino, ipersonnia, scarsa autostima, tendenza all'autovalutazione e a una visione pessimistica globale. È presente costante insicurezza che spinge a evitare di prendere iniziative e conduce a sentimenti d'inadeguatezza e di colpa. La vita di relazione è in genere piuttosto limitata, con difficoltà ad intraprendere nuove amicizie, introversione e passività nei rapporti interpersonali. Diverse e complesse sono le possibili interazioni tra temperamento e patologia: è probabile che il temperamento sia trasmesso geneticamente e che quindi predisponga all'insorgenza del disturbo. Bisogna comunque tenere presente che essere predisposti ad una malattia non vuol dire necessariamente ammalarsene. Data l'importanza di questo concetto, cerchiamo di chiarirlo con un esempio. Il fatto che un soggetto abbia la predisposizione al diabete (eccessiva quantità di «zuccheri» nel sangue), non vuol dire che sia diabetico né che debba necessariamente diventarlo. È però probabile che, se assume una dieta molto ricca di carboidrati (zuccheri), sviluppi un disturbo diabetico più facilmente rispetto a chi non ha tale tipo di predisposizione. Allo stesso modo chi ha un temperamento depressivo non necessariamente dovrà soffrire di crisi depressive, ma, se sottoposto ad eventi stressanti, avrà maggiori probabilità di sviluppare il disturbo.

Eventi precoci - Le classiche teorie psicoanalitiche ipotizzano che eventi esistenziali nell'infanzia, soprattutto la perdita dei genitori, svolgano un ruolo importante nella genesi della depressione. Alcuni studi hanno evidenziato che le perdite dell'infanzia favoriscono lo sviluppo di una struttura di personalità «autodenigrante», caratterizzata da visione negativa di sé, del mondo e del futuro e 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 da fattori 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.

«Stressor» fisici - Alcune malattie fisiche (tumori) e l'assunzione di sostanze (alcol o droghe) possono precedere l'insorgenza di un episodio depressivo. Anche questi fattori, come quelli ambientali, non rappresentano vere e proprie «cause», ma ne facilitano l'insorgenza in soggetti predisposti.

Salvatore DI SALVO



Risponde
Salvatore
Di Salvo,
psichiatra,
presidente
Associazione
Ricerca
Depressione
corso
Marconi 2,
Torino -
011.6699584
www.
depressione-
ansia.it
• Mandate
le vostre
domande
alla rubrica
«Il male
invisibile»:
redazione@
vocetempo.it.