



## Sono depresso: a chi mi devo rivolgere?

*Gentile Redazione, spesso mi capita di parlare con parenti e amici di persone depresse che mi chiedono a chi rivolgersi per la cura della depressione. Cosa suggerire perché trovino risposte adeguate?*

**Giorgio Serra**

Gentile Lettore,

Le figure professionali cui rivolgersi in caso di presenza di depressione sono il medico di famiglia, il neurologo, lo psichiatra e lo psicoterapeuta. Vediamo quali sono le loro specifiche competenze.



**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@  
votempo.it.

Il medico di famiglia è una delle prime figure a cui di solito si rivolge chi soffre di un disturbo depressivo e il suo compito è di fare una prima valutazione della gravità dei sintomi presentati.

Nel caso di forme di entità modesta interviene indicando una blanda terapia farmacologica e qualche buon consiglio fondato sul buonsenso. Nel caso, invece, di forme più gravi, dovrà inviare il paziente allo psichiatra, ma spesso si trova di fronte a fortissime resistenze e può anche capitare che alcuni pazienti si sentano «offesi» dall'indicazione ricevuta. Qualche difficoltà in meno può riscontrarla nell'invio al neurologo, più accettato dal paziente rispetto allo psichiatra. Il neurologo, però, non è lo specialista della cura dei disturbi ansiosi e depressivi. Si tratta infatti di un medico che, dopo la laurea in medicina, ha frequentato un corso di specializzazione di cinque anni per la cura dei disturbi organici del Sistema Nervoso centrale (ad esempio epilessia, cefalee, malattie dei nervi) e non dei disturbi della sfera emotiva, di cui fanno parte i disturbi depressivi e ansiosi. Ciò nonostante il paziente è più disposto a rivolgersi al neurologo perché fa meno paura dello psichiatra, specialista che, dopo il conseguimento della laurea in medicina, ha frequentato un corso di specializzazione di cinque anni per la cura dei disturbi della sfera emotiva. Rivolgersi però a tale specialista trova ostacoli a volte insormontabili: nell'immaginario collettivo lo psichiatra è, infatti, vissuto come il «medico dei matti» per cui rivolgersi a lui vuol dire essere matto o essere ritenuto tale. A causa di questo pregiudizio solo un depresso su tre consulta lo psichiatra.

Il compito dello psichiatra è la cura mediante l'utilizzo dei farmaci, necessari quando i sintomi sono talmente gravi da interferire con la vita relazionale, lavorativa e affettiva del paziente, a volte fino a paralizzarle. Va però tenuto presente che tale cura è solo ed esclusivamente sintomatica: essa agisce solo sui sintomi e non sulle cause che li hanno determinati. Possiamo chiarire il concetto utilizzando la metafora del mal di denti: con l'antidolorifico si cura solo il sintomo dolore e non la carie o la pulpite che ne è la causa. Lo psicoterapeuta è un professionista che, dopo la laurea in psicologia (da sola essa non abilita allo svolgimento della attività psicoterapeutica), ha svolto un'analisi personale e didattica e ha conseguito una specializzazione almeno quadriennale che gli consentono di essere iscritto all'albo professionale degli psicoterapeuti, cosa che lo abilita all'esercizio della psicoterapia.

Anche lo psicoterapeuta si occupa della cura della psiche, ma esclusivamente con l'uso della parola e della relazione (non può prescrivere farmaci), allo scopo di ricostruire la storia del paziente per individuare l'origine del disturbo.

In conclusione possiamo dire che l'intervento con i farmaci dello psichiatra e quello con la parola dello psicoterapeuta sono rivolti al conseguimento di finalità differenti (uno cura i sintomi e l'altro le cause), ma sono tra di loro complementari: quello psichiatrico mira alla riconquista del benessere attraverso la scomparsa dei sintomi, mentre quello psicoterapeutico mira a sanare le cause psicologiche del malessere, prevenendone le recidive.

**Salvatore DI SALVO**