



Depressione: quando i farmaci sono necessari?

Gentile dottore in seguito ad un grave lutto in famiglia, mi è stata diagnosticata una sindrome ansioso-depressiva e mi sono stati prescritti oltre ad una psicoterapia dei farmaci che io non mi risolvevo ad assumere. Quando è necessaria una cura con i farmaci? Daniela

Nel corso della prima visita psichiatrica capita spesso che il paziente, come ci scrive la lettrice, dichiara di essere da sempre contrario ad assumere psicofarmaci perché gli fanno paura e teme di restarne dipendente. Di solito rispondo



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.

che anch'io sono contrario all'uso di farmaci quando non è necessario; preciso, però, che la decisione di intraprendere o meno una terapia farmacologica non deve fondarsi su basi pregiudiziali, ma cliniche. In altre parole, quando i sintomi depressivi o ansiosi sono di entità modesta e non provocano gravi interferenze nella vita personale, è possibile scegliere di non assumere farmaci. Nel caso in cui, invece, il malessere depressivo determini forti limitazioni, a volte fino alla paralisi, della vita sociale, lavorativa ed affettiva, l'utilizzo dei farmaci costituisce un aiuto necessario, anche se transitorio. Un'altra obiezione dei pazienti è la seguente: «Tanto i farmaci non possono modificare la situazione in cui mi trovo e quindi non servono a nulla». Effettivamente la terapia con i farmaci non agirà su di esse, ma sulla depressione, cosa necessaria quando manca l'energia psichica per fronteggiare i problemi presenti sul versante lavorativo, economico, familiare e di salute. Grazie ai farmaci potrà ottenere quella «ricarica energetica» di cui ha bisogno. L'energia psichica è una vera e propria energia vitale che spinge verso il raggiungimento di scopi e la realizzazione di desideri. Ognuno di noi ne possiede, fin dalla nascita, una quantità che varia da individuo a individuo: vi sono cioè persone che hanno una dotazione energetica maggiore rispetto ad altre. Utilizzando la metafora di un conto corrente bancario, alcuni nascono più ricchi di altri. È certo, comunque, che nessuno ne ha una quantità illimitata per cui è importante tenere conto del bilancio tra le uscite (quantità di energia spesa per far fronte alle richieste esterne) e le entrate (aspetti piacevoli della vita, la cui presenza ha l'effetto di ricarica). Se una persona è esposta, per tempi eccessivamente lunghi, a situazioni stressanti che richiedono una forte spesa energetica e se tali «uscite» eccessive non sono compensate da «entrate» tali da bilanciarle, può verificarsi un deficit energetico e, tornando alla metafora prima citata, il «conto corrente» va in rosso e compaiono i sintomi tipici dei Disturbi depressivi. Il nostro encefalo è un organo molto complesso, costituito da circa cento miliardi di cellule nervose che si scambiano informazioni mediante sostanze chimiche, i neurotrasmettitori cerebrali, alcuni dei quali sono implicati nella regolazione del tono dell'umore e dei meccanismi d'ansia: ricordiamo la serotonina, che è la più nota, ma anche la noradrenalina e la dopamina. Possiamo considerare i neurotrasmettitori gli equivalenti biochimici dell'energia psichica, per cui dire che un soggetto ha poca energia psichica equivale a dire che ha una bassa quantità di neurotrasmettitori, con conseguente manifestazione di sintomi del Disturbo depressivo. Quindi la presenza del malessere depressivo o ansioso può essere descritto dal punto di vista clinico (presenza dei sintomi), dal punto di vista energetico (possessione di poca energia psichica) o dal punto di vista biochimico (bassa quantità di neurotrasmettitori cerebrali). I farmaci intervengono a livello biochimico determinando l'aumento della disponibilità dei neurotrasmettitori nello spazio sinaptico, cosa cui corrisponde l'aumento della quantità di energia psichica e, di conseguenza, la riduzione dei sintomi.

Salvatore DI SALVO