

INTERVISTA – SABATO 28 OTTOBRE IN TUTTA EUROPA SI È CELEBRATA LA 14ª GIORNATA SULLA DEPRESSIONE: PARLA LO PSICHIATRA SALVATORE DI SALVO

Sabato 28 ottobre si è celebrata la 14ª giornata europea sulla depressione, un'iniziativa di sensibilizzazione sulle malattie depressive e dell'umore a cui collaborano psichiatri, ospedali, università, associazioni. Tra queste l'Associazione per la Ricerca sulla Depressione onlus, fondata a Torino nel 1996, ha promosso, in occasione della Giornata presso il Circolo dei lettori, un convegno informativo sul tema «Riconoscere l'ansia e il panico». Il pubblico convenuto è stato talmente numeroso che gli organizzatori hanno dovuto allestire su due piedi una sala supplementare per permettere a tutti i convenuti (torinesi di tutte le età) di partecipare ai lavori. «È il segno che il tema interessa molto e riguarda da vicino tanti torinesi» commenta Salvatore Di Salvo, psichiatra, analista junghiano e presidente dell'Associazione «del resto la nostra associazione ha come prima finalità svolgere un'azione di approfondimento, sensibilizzazione e divulgazione sui temi dei disturbi depressivi e disturbi d'ansia che interessano non meno del 20% della popolazione italiana, un fenomeno che ormai ha raggiunto livelli di guardia. L'Organizzazione mondiale della Sanità avverte che nel 2020 questi disturbi saranno al secondo posto (dopo le patologie cardiovascolari) delle malattie più diffuse al mondo».

Dottor Di Salvo lei lavora come psichiatra dagli anni '80. Dal suo osservatorio e in base alla sua lunga esperienza professionale perché le malattie depressive sono in crescita nel mondo occidentale tanto da diventare un allarme sociale? Siamo più fragili?

Credo che l'aumento negli anni della capacità diagnostica dei disturbi depressivi e ansiosi e la diffusione più capillare dell'informazione hanno fatto sì che si prendesse più coscienza del fenomeno. Inoltre la recessione economica, la crisi ambientale, le minacce di guerra e il terrorismo che pesano sul vecchio continente hanno creato un clima d'insicurezza di fondo che ci ha reso tutti più fragili. In queste condizioni i soggetti predisposti all'ansia e alla depressione rischiano di ammalarsi.

Non tutti siamo a rischio dunque...

Ognuno di noi possiede un temperamento diverso: c'è chi è solare e serafico e c'è chi è introverso o ansioso, c'è chi geneticamente o per costituzione ha una predisposizione ad ammalarsi. Essere introversi o ansiosi non è di per sé negativo, anzi: solitamente chi si preoccupa non è superficiale, è affidabile e preciso, ci fossero tante persone così... Il problema nasce quando la fisiologia di un temperamento



Vincent Van Gogh, Vecchio che soffre (sulla soglia dell'eternità) 1890, Kröller-Müller Museum, Otterlo; sotto, lo psichiatra torinese Salvatore Di Salvo, presidente dell'Associazione per la Ricerca sulla Depressione onlus



Depressione, ansia sono mali curabili

ansioso o introverso sfocia in patologia. Spesso la persona con queste caratteristiche, se sottoposta a stimoli eccessivi (un lutto, la perdita del lavoro, una separazione, la malattia di un congiunto), sviluppa disturbi d'ansia o depressivi.

I dati a nostra disposizione evidenziano che l'età media di chi soffre di disturbi d'ansia e depressivi negli ultimi 3-4 anni si è abbassata e sempre più giovani e adolescenti si ammalano. Cosa sta succedendo?

La fascia d'età che negli ultimi anni è stata più colpita dai disturbi d'ansia e depressione è quella dei giovani-adulti, di coloro cioè che non hanno più nessuna garanzia di entrare nel mondo del lavoro e che non possono progettare una vita matrimoniale e una dimensione di famiglia autonoma. Per i giovani che si affacciano alla vita adulta è venuta meno la dimensione della progettualità ed è evidente che i soggetti predisposti, come dicevamo sopra, siano più a rischio. Inoltre per quella fascia d'età sono venuti meno anche i modelli di riferimento a cui ispirarsi nella società, nella cultura, nella politica. È tramontata la figura del «padre» e i giovani stanno pagando molto caro questo vuoto. Per gli adolescenti – in questa fascia d'età nel mondo occidentale

stanno aumentando i suicidi – la mancanza di figure di riferimento sostituita dalle nuove tecnologie, dai social, dagli smartphone e dal mondo virtuale non ha fatto che accentuare la solitudine delle relazioni, terreno fertile per l'insinuarsi di stati ansiosi e depressivi.

E a Torino com'è la situazione?

Torino è da tempo in sofferenza, è una delle città italiane che più ha pagato il contraccolpo della crisi economica in termini di perdita di posti di lavoro e di incertezza per il futuro. Del resto una città a vocazione industriale che subisce in poco meno di un decennio un cambiamento così violento non può che essere in difficoltà. Il riflesso di questo malessere lo ha riscontrato il nostro Centro di ascolto psicologico: negli ultimi 6-7 anni rispetto ai 10 anni precedenti di attività abbiamo registrato il doppio delle telefonate di persone (soprattutto donne) che chiedono aiuto perché accusano disturbi d'ansia o depressivi. Un fenomeno trasversale che colpisce le fasce basse della popolazione cadute in povertà a causa della carenza di lavoro ma anche di quelle medio alte dei professionisti, imprenditori che hanno perso le sicurezze e l'agiatezza di un tempo.

Uno dei problemi maggiori da affrontare per chi soffre di patologie depressive o ansiose è riconoscere di essere malato, sia per il paziente sia per i familiari. Perché ci sono ancora molti pregiudizi?

Quello che la nostra associazione cerca di fare da anni con campagne di informazione nelle scuole, presso i medici di base, i farmacisti, la distribuzione gratuita di sussidi ora scaricabili anche dal nostro sito, è lanciare il messaggio che depressione, ansia, attacchi di panico sono malattie guaribili ma come tutte le malattie occorre riconoscerle e curarle e non avere paura

di parlarne con il proprio medico. Purtroppo i pregiudizi che da questi disturbi si possa uscire con uno sforzo di volontà o rimboccandosi le maniche, che lo psichiatra (che diagnostica queste patologie) sia il medico dei matti, gli psicofarmaci (prescritti nelle fasi iniziali e acute della malattia) siano stupefacenti e la psicoterapia una perdita di tempo sono ancora molto diffusi. L'unico modo per abbattere questi tabù e affrontare con determinazione il preoccupante diffondersi di questi disturbi è l'informazione capillare. Nel 1996, quando abbiamo iniziato l'attività della nostra associazione, in Europa solo il 20% di chi accusava un disturbo d'ansia o depressivo si rivolgeva ad uno specialista. Oggi si è passati al 33%, un buon risultato ma c'è ancora molto da fare. La nostra associazione periodicamente organizza conferenze rivolte ai medici di base (ne abbiamo raggiunti oltre 500), perché riteniamo che siano le prime antenne sul territorio per captare i disturbi ansiosi e depressivi che spesso si nascondono dietro somatizzazioni di varia natura. Quando mi sono laureato in medicina nel 1976 la psichiatria non era una materia fondamentale nel curriculum dei medici. Per fortuna poi è stata introdotta e la sensibilità per queste patologie è aumentata ma non basta: ce lo dice la richiesta di aiuto e di materiale informativo che giunge alla nostra associazione. Basti un dato: la nostra ultima campagna di informazione lanciata su facebook ha raggiunto in poco tempo 213 mila visualizzazioni...

La psicoterapia e le cure per queste patologie sono costose e non possono essere sostenute da tutti: come giudica gli interventi del Servizio sanitario nazionale per la cura dei disturbi d'ansia e depressivi dal momento che sono in crescita?

Le scarse risorse e i tagli continui alla sanità pubblica permettono a malapena di far fronte alle patologie psichiatriche gravi (schizofrenia, depressioni psicotiche) mentre per la «piccola psichiatria» (disturbi d'ansia e depressivi, attacchi di panico) che riguarda milioni di persone le risorse offerte dal Ssn sono assolutamente insufficienti. Giornate come quella dedicata a questi disturbi sono un appello che lanciamo alle istituzioni pubbliche affinché mettano a disposizione più risorse per la prevenzione e la cura di questi disturbi innanzitutto con campagne informative massicce a cominciare dalle scuole per abbattere i pregiudizi e la paura. L'aumento del livello di conoscenza rende più efficace la loro cura, sul piano soggettivo riduce la sofferenza e a livello sociale riduce l'onere che essi comportano. Ma bisogna fare in fretta, il 2020 è domani.

Marina LOMUNNO
marina.lomunno@vocetempo.it

L'Associazione a Torino

L'Associazione per la Ricerca sulla Depressione onlus e il Centro Depressione Ansia e Attacchi di Panico hanno sede a Torino in corso Marconi 2 (informazioni su: www.depressione-ansia.it). L'associazione oltre ad attività di sensibilizzazione e informazione svolge con specialisti psichiatri, psicologi e psicoterapeuti attività mirata alla cura dei Disturbi depressivi e d'Ansia. Le terapie personalizzate sono successive ad un colloquio gratuito: per informazioni tel. 011.6699584-6699693, mail assodep@tiscali.it.



IL Collegio San Giuseppe dei Fratelli delle Scuole Cristiane incontra le Famiglie

Vi aspettiamo sabato 11 novembre dalle 9 alle 18 per la presentazione dell'anno scolastico 2018-2019
Via San Francesco da Paola 23 Torino telefono 011 8123250 - www.collegiosangiuseppe.it