

La depressione è un disturbo diffuso tra la popolazione generale e quindi molto ben conosciuto.



Tra le possibili cause della depressione troviamo fattori di tipo psicosociale, ma anche di tipo genetico e biologico. Gli Episodi del Disturbo Depressivo spesso seguono un grave evento psicosociale stressante, come la morte di una persona cara o il divorzio. Altri eventi che facilitano l'emergenza di un disturbo depressivo, sono anche cambiamenti nelle condizioni lavorative o l'inizio di un nuovo tipo di lavoro, la malattia di una persona cara, la nascita di un bambino (depressione post partum), gravi conflitti familiari, cambiamenti nel giro di amicizie, cambiamenti di città, ecc.

I sintomi sono diversi ed il quadro clinico può presentarsi in modo complesso o mascherato soprattutto se il disturbo dell'umore si presenta in comorbidità con altri disturbi.

I sintomi principali sono la tristezza, il senso di abbattimento e l'incapacità di provare emozioni piacevoli. A questo in genere si associano la perdita dell'interesse per le attività abituali e l'incapacità a prendere qualsiasi iniziativa o decisione.

Il paziente è distaccato dall'ambiente che lo circonda, si ritira progressivamente da ogni occupazione e sembra indifferente anche di fronte a ciò che prima lo rallegrava. Questa anestesia emotiva lo turba profondamente e lo rende irritabile ed anche incapace nel prendere decisioni che prima parevano semplici. Ne consegue un senso di inadeguatezza che appesantisce la percezione di sé e del mondo circostante. La realtà è infatti percepita con colori scuri e non esiste progettualità futura.

Spesso la depressione si accompagna anche ad altri disturbi come le forme di ansia e talora può alternarsi con manifestazioni maniacali contraddistinte da atteggiamenti opposti di esasperata energia. In quest'ultimo caso si parla di disturbo bipolare o/ e di episodi maniacali.

Il quadro clinico è complesso e richiede una terapia finalizzata all'individuazione e accoglimento di quei vissuti che creano profondo disagio al paziente e successivamente all'individuazione di quelle condizioni ambientali che possono favorire il mantenimento del sintomo.