

IL SAGGIO DI ELVIRA REALE

Depressione una parola al femminile



Contro i pregiudizi di una medicina ancora maschile un «manuale» di concreto self-help scritto per le donne

SANTA DI SALVO

LE DONNE vivono di più, e spesso restano sole. Condizione questa, della modificazione degli assetti familiari, cui ancora non corrisponde un adeguato trattamento dei temi legati alla salute. Anzi persistono alcune errate convinzioni, ad esempio sulla validità universale del modello maschile di salute e malattia, o ancora l'orientamento medico che lega strettamente le patologie femminili alla riproduzione, mentre la salute maschile è considerata prevalentemente produttiva. Non stupisce perciò scoprire che la depressione è un fenomeno in deciso aumento fra le donne, anzi essa è la causa principale di infermità per le donne tra i 15 e i 44 anni e la seconda per quelle tra i 45 e i 59.

Una sfida tutta al femminile è allora quella di fornire alle donne uno strumento di prevenzione con cui guardare ai propri mutamenti psichici aggirando i pregiudizi e facendosi carico della propria salute con un cambio di mentalità. Un vero e proprio manuale, perchè no? È quello che ha scritto Elvira Reale, psicologa responsabile del Centro Prevenzione Salute Mentale Donna della Asl Napoli 1, ricercatrice per il Cnr e l'Oms, coordinatrice di vari progetti ministeriali legati alle Pari Opportunità. Il suo saggio pratico di prevenzione si intitola appunto *Prima della depressione* (Franco Angeli, pagg. 254, 20 euro) ed è il frutto di un percorso che Reale ha compiuto grazie anche ad una coinvolgente esperienza presso il comune di Ferrara. Il volume si presenta domani alle 18 alla Feltrinelli di piazza dei Martiri. Con l'autrice ci saranno Maria Fortuna Incostante, Sergio Piro e Carmela Maietta.

Da quel primo vademecum al libro di oggi il lavoro è stato lungo e interessante. Lo prova la densità del «manuale», il suo stile

colloquiale eppure scientificamente ineccepibile, la ricchezza delle schede di approfondimento, dei questionari di autovalutazione, delle testimonianze dirette e dei casi tratti dall'esperienza clinica. Il risultato è un libro di concretissimo *self-help*, che parte dall'informazione storica per analizzare i nuovi fattori di rischio (la violenza, il lavoro, il mobbing) per poi provare a «familiarizzare» le donne con il fenomeno e a interpretarlo. Perchè, contrariamente ad una

apparente emancipazione, molto ancora c'è da apprendere sulle varie fasi del proprio ciclo di vita, dal menarca alla menopausa. Corollario indispensabile, la raccomandazione di non sopravvalutarle, queste varie fasi del sistema riproduttivo, perchè è proprio nel dualismo tra età fertile e non fertile, nella centralità di queste cause di tipo biologico-riproduttivo che si perpetuano i pregiudizi diagnostici nei confronti delle donne.