

PENNA E BISTURI



quando la pressione diventa depressione

ANDREA DI CONSOLI

■ Saggio medico a più mani davvero interessante, il *Libro bianco sulla depressione* (Franco Angeli, pp. 162, euro 21), curato dall'Osservatorio nazionale sulla salute della donna. Il tema della depressione maggiore vi è affrontato da tutti i punti di vista, con particolare attenzione alla parte femminile, che in media ne soffre maggiormente («la depressione colpisce le donne con frequenza doppia rispetto agli uomini»).

Mentre si celebrano i fasti progressivi della società liquida post-identitaria e della globalizzazione digitale, pochi analizzano i costi umani di tali cambiamenti epocali. Uno di questi è la depressione, nella maggior parte dei casi scatenata da *stressor* quali incapacità di essere com-

petitivi, difficoltà economiche, conflittualità familiari, crisi "di ruolo" (maternità e lavoro, femminilità e maternità), disordini alimentari (diete eccessive o bulimie nevrotiche), dipendenze (sigarette, alcol, droghe, medicine) e il vivere in contesti sfavorevoli, conflittuali o scarsamente protettivi.

Diagnosticare una depressione non è mai semplice perché ragioni genetiche e biologiche si intrecciano con fattori psicologici, culturali, ambientali; con gli stili di vita e questioni di medicina generale (cruciale nella depressione è il tema della comorbilità: non è raro, infatti, che la depressione si associ a malattie organiche o, in ambito psichiatrico, ad altre patologie quali l'ansia, la sindrome bipolare, la demenza, il disturbo di personalità).

Anche intervenire sulla depressione non è semplice. Qual è l'approccio più efficace, quello farmacologico o quello psicoterapeutico? E come modificare gli stili di vita o eliminare gli *stressor* se quasi sempre questi sono legati a fattori compulsivi, compensativi o a sentimenti irrinunciabili quali il senso di responsabilità? Al di là di tutto, la depressione ha un costo elevatissimo: «Nel 2014», si legge in uno dei saggi del libro, «i costi totali per la patologia depressiva sono stati calcolati in 250 euro annui per abitante, pari a circa 118 bilioni di euro nell'Europa a 25».

Ma esiste un aspetto della depressione che è il più complicato di tutti, e riguarda la bassa qualità del suo racconto. Spesso chi ne soffre non accetta il disturbo,

sposta sul corpo il sintomo, nega o pensa di affrontarlo con la famigerata forza di volontà, sostenendo come effetto un peggioramento della situazione. A negare sono soprattutto i maschi, che identificano ancora la forza con la potenza e il coraggio con la negazione della paura.

Forse la depressione è la malattia-sintomo a livello planetario della "morte di Dio", dell'agonia della comunità e del trionfo di modelli dominanti quali l'*homo novus* totalitario della globalizzazione digitale. Ci possiamo anche illudere che il mondo sarà abitato in futuro solo da persone sane, giovani, sexy e vincenti, ma se rifiutiamo l'essere umano così com'è rischiamo di dover fare i conti con allarmi sempre maggiori e con angosce di massa. Che prendono il volto della depressione.

