

salute

# Depressione, quando è malattia

BRUNO DEL FRATE

Parlamento  
come  
uno stadio

di Erasmo

121 milioni colpiti  
dal male oscuro

Cos'è un disturbo dell'umore? Oggi se ne parla sempre più spesso in televisione, alla radio, sui giornali e un po' dappertutto in relazione a crisi depressive e stati d'ansia. Infatti, per disturbo dell'umore s'intende proprio questo, un'alterazione che provoca profonda tristezza, malinconia, apatia, inerzia, disistima in se stessi, incapacità di affrontare qualsiasi cosa come un problema insolubile, che può arrivare fino alla paralisi di ogni attività, anche le più elementari. Talora si tratta di un sentire transitorio che appartiene un po' a tutti, anche ai più positivi e attivi, e allora si parla di stato depressivo esistenziale che con qualche iniezione di ottimismo passa. Se questi sintomi invece persistono per più di un mese, allora è meglio indagare, perché con molta probabilità si tratta di una patologia che va trattata clinicamente. Il medico di base

o di famiglia è normalmente in grado di discriminare quelli che sono gli umori passeggeri da quelli che non lo sono e indicare gli specialisti idonei. Psichiatri, psicologi, psicoanalisti, psicoterapeuti a cui rivolgersi per gli approfondimenti necessari ed, eventualmente, capaci di individuare le terapie appropriate al caso. Diciamo subito che la casistica ci dice che certi livelli patologici si possono attenuare ma non definitivamente curare. Quindi si tratta di malattie serie che provocano gravi sofferenze, senza contare che una percentuale intorno al cinque per cento di questi pazienti, a un certo punto, preferisce al disagio e al dolore il suicidio. Troppe volte, fuori dall'ambito medico, si tende a sottovalutare questi disturbi, considerandoli come momenti che passano. Basterebbe, per chi non conosce la gravità di queste vere e proprie ma-

lattie mentali, non lasciarsi andare cercando di essere ottimisti per risollevarsi. Invece non è assolutamente così. In genere si tratta di familiari ed amici che cercano di minimizzare, talora imputando al malato la causa del suo stato. Ornella Vanoni, che soffre di depressione da svariati anni, diceva in un'intervista televisiva, rilasciata a *Elisir* il 25 febbraio di quest'anno, che è come dire a chi non ha una gamba di saltare un ostacolo. A quel punto le persone depresse si sentono incomprese e isolate. Cioè la malattia può anche peggiorare e la persona colpita infilarsi in un buco nero da dove è difficilissimo se non impossibile risalire a livelli sopportabili. Quindi se si ha un parente o un amico che per un certo periodo di tempo dimostra questi sintomi bisogna astenersi dall'impartirgli inutili paternali e spronarlo a ritirarsi su da sé come se bastasse la forza di volontà: gli si farebbe solo del male, mentre se lo si vuole aiutare seriamente bisognerebbe convincerlo con discorsi pacati di rivolgersi al suo medico di fiducia. Oggi la medicina più informata tende a terapie globali

o olistiche che dir si voglia, indicando percorsi che impiegano contemporaneamente psicofarmaci di un certo tipo e terapie psicologiche che prevedono sia interventi individuali che di gruppo, i quali possono vedere coinvolto anche il contesto affettivo che ruota intorno al malato. La depressione va poi distinta caso per caso, e per questo è stata classificata sostanzialmente in cinque forme. Depressione atipica che colpisce circa il 40% dei depressi e che si caratterizza con un'eccessiva stanchezza e un bisogno di riposare fuori del normale, un aumento della fame e ipersensibilità alle osservazioni degli altri. Depressione bipolare che interessa circa il 50% dei colpiti, ma difficile da riconoscere immediatamente. Dopo un periodo cosiddetto maniacale, dove il soggetto è iperattivo, nervoso, agitato si passa a uno fortemente depressivo. Le altre tre forme che riguardano il restante 10%, sono poi la psicotica, la unipolare e la depressione grave malinconica, forse la più pericolosa per l'incolumità del paziente. L'OMS, ha stimato che circa 120 milioni di persone al mondo sono colpite dal male.

Appelli su appelli alla non-violenza, pugno di ferro per gli ultrà degli stadi di calcio: una cerimonia che si ripete senza successo da decenni. Ma le risse e le grida scomposte, i tafferugli e quant'altro non sono un'esclusiva degli invasati del calcio, no. Gli illustri rappresentanti del popolo dimostrano spesso di essere loro i primi ultrà. Sempre più di frequente il Parlamento somiglia ad uno stadio di calcio: grida e urla da invasati, salti, insulti, cori stonati nella forma e nella sostanza. Se passi tra i nostri, sei lodato e accolto come un eroe. Ma se salti nel campo avversario, sei svillaneggiato e coperto di contumelie e poco eleganti insinuazioni. La medesima logica usata negli stadi: se l'arbitro sbaglia a nostro favore, va bene. Se sbaglia a favore degli avversari, beh, allora si trasforma nel classico "cornuto". Che dire? I politici sono i nostri rappresentanti e...ci rappresentano. Forse è proprio questo lo stile nazionale. Ma come faccio a spiegare a mio figlio che è assurdo e stupido fare a botte per una partita di calcio, quando in Parlamento si vedono risse, urla e tumulti? Senza dimenticare che loro, come i pedatori, godono di compensi e privilegi a dir poco eccessivi.

## Il Paese svanisce?

BRUNO DEL FRATE

IL SUB-PRIORATO  
DEL PIEMONTE  
DELL'ORDINE  
DI SAN FORTUNATO  
DIVENTA "ONLUS"...

Il sociologo Francesco Alberoni, nella sua rubrica domenicale *Pubblico Privato* sul Corriere della Sera del 25 febbraio u.s., si scaglia, lancia in resta come un antico cavaliere, contro quello che lui denuncia essere un decadimento culturale in essere nel nostro Paese, dove radici, storia, arte, lingua si vanno perdendo. Da questo deduce che la nostra 'creatività', che nel dopoguerra ci ha salvati, ne fa le spese e, proprio per questo, come Paese siamo destinati a 'svanire'. Ho sempre sospettato che ci stessimo trasformando in qualcosa di opalescente e poco definito ma, onestamente, di svanire non l'avevo ancora messo nel conto. A me, leggendo attentamente il suo intervento, mi è sembrato il solito discorso nostalgico del quanto era meglio prima, che noi anziani siamo abituati a fare. Una rimasticatura di luoghi comuni, in larga parte desueti, che, mitizzando un passato relativamente recente, descrivono l'attuale società a tinte fosche. Un ragionamento privo di dinamismo, e, soprattutto, privo di scientificità perché non fondato su dati ma su un'opinione, peraltro singolare. Peccato, perché un sociologo di valore come lui, stimato e apprezzato, non può prescindere dai dati e lasciarsi andare ad analisi sommarie che non poggiano su riscontri obiettivi. Certamente ha ragione Alberoni, se ci si limita ad analizzare un'élite esigua che nell'immediato dopoguerra si diede da fare per formare una nuova classe dirigente in grado di risollevare il nostro paese dalla tragedia della guerra, dalla sconfitta e dalla povertà, restituendogli dignità e regole democratiche. Ma se invece Alberoni parla, come mi è parso di capire, di fenomeni culturali diffusi, sbaglia di grosso. La società italiana era allora formata per larga parte da classi subalterne composte da anal-

fabeti e semianalfabeti che vent'anni di dittatura avevano impedito che si riscattassero socialmente, quindi non in grado di dare un contributo intellettuale a progetti di rilancio della società complessivamente intesa. Un esempio per tutti, la scolarizzazione. Alberoni lamenta una carenza per lui piuttosto grave: la stragrande maggioranza degli italiani userebbe soltanto un vocabolario di mille parole. Andiamo a guardare il numero degli analfabeti allora confrontandolo con quello di oggi. Nel referendum del 1947 alle urne si presentarono ventotto milioni di italiani di cui circa un quarto non era neanche capace di firmare. Magari il grosso della popolazione italiana, allora, fosse stato in grado di utilizzare un vocabolario di mille parole. Sì e no, ne conosceva trecento e per gran parte soltanto in dialetto. Nonostante un certo analfabetismo di ritorno, l'oggi è caratterizzato da un migliore utilizzo vuoi della lingua parlata che di quella scritta. Sfido chiunque a dire che oggi ci sia bisogno di una trasmissione televisiva come quella di "Non è mai troppo tardi", se non per insegnare l'uso del computer agli anziani. Insomma, ci mancheranno anche le punte avanzate, che poi è tutto da dimostrare, ma oggi abbiamo, se si può dire, un tasso di culturizzazione per niente affatto paragonabile col quel passato evocato da Alberoni sul Corriere. Un'ultima cosa, chi ha letto "La noia" di Moravia, ricorderà che il protagonista, appartenente a una famiglia dell'alta borghesia romana, si vantava di avere in casa una discreta biblioteca formata, pensate un po', da una ventina di volumi. Oggi, chi non ha almeno una ventina di libri in casa?

Alfredo Mule', Lettore "storico" del nostro calendario oltre che Priore dell'Ordine di San Fortunato del Piemonte (Associazione Cavalleresca di Volontariato) ci informa che il Sub-Priorato da egli condotto ha ottenuto il riconoscimento di O.N.L.U.S. (Organizzazione Non Lucrativa di Utilità Sociale). A lui e a tutti gli Associati, i nostri migliori auguri di buon lavoro.