Il 50% ci ricade. Ma, con nuove modalità terapeutiche, si può sconfiggere.

Fuori dal tunnel. Per sempre

'hanno descritta come un pozzo nero, nel quale si cade piano piano. O come un tunnel senza luce. Perché la sensazione è quella di non avere vie d'uscita. La depressione, quella vera, è devastante. E quel che è peggio è che spesso, quando si pensa di

esserne usciti, ci si ricade. Inutile nasconderlo: chi ne ha sofferto una volta ha il 50 per cento delle probabilità di incorrere in un altro episodio acuto; dopo il secondo le probabilità di ricaduta salgono al 70 per cento, con intervalli liberi da crisi sempre minori: da

una media di quattro anni tra un attacco e l'altro si scende a un anno o anche meno. Una malattia, dunque, difficile da sconfiggere definitivamente. Ma oggi, per la prima volta, gli esperti parlano di guarigione clinica possibile per sette malati su dieci. A patto di rivede-

re le modalità terapeutiche. «Finora è stato commesso un errore fondamentale. Una vol-ta cancellati i segnali più gravi, dopo poche settimane i farmaci venivano sospesi. Tuttora, quasi un terzo dei pazienti abbandona la terapia entro le prime quattro settimane», dice Giovanni Biggio, professore di Neuropsicofarmacologia all'Università di Cagliari. In questa fase, però, persistono alcuni sintomi, seppur minori. Torna l'entusiasmo ma in piccole dosi, non si è più angosciati ma permane la tristezza, si recupera la voglia di socializzare ma non si è più quelli di prima. E questi segnali non vanno mai sottovalutati.

La malattia in cifre 3,7 milioni Le donne che soffrono di depressione, nelle sue forme lievi e gravi; gli uomini sono 1,8 milioni. Il rapporto è di 2 a 1 5% Gli adolescenti che ne soffrono. I bimbi depressi dai 6 ai 10 anni sono il 2% 39,4% Le casalinghe colpite dalla depressione. Seguono i pensionati: 14,5%; gli impiegati: 12,1%; gli operai: 10,3% 11% I casi di depressione "maggiore", o grave Le neo mamme che 20% soffrono di depressione post parto: di solito la guarigione è spontanea. In 2 casi su 1000 si aggrava 126 VERA MAGAZINE