

LA SPIRALE 'VIZIOSA' DELLA DEPRESSIONE

Si smette di sprofondare passivamente nel gorgo, ma come riprendere a nuotare nella Vita attivamente? - Tolta l'ingessatura occorre la riabilitazione: dal meeting di Avellino una messa a punto.

* * * * *

Quando un organo ha subito una prolungata immobilizzazione, per il ritorno alla salute, non basta sbloccarlo: occorre altrettanto riabilitarlo efficacemente alla sua funzionalità.

E' un concetto ampiamente acquisito dalla moderna medicina, ma non sempre sono altrettanto acquisiti i sistemi per metterlo in atto.

Dopo un congelamento o un'ingessatura, non ci mancano gli strumenti per 'rimettere in pista' apparati muscolo-scheletrici.

Ma quando è il 'cervello' a rimanere ingessato nel congelamento della depressione? Per riportare in superficie questi pazienti che - in una spirale 'viziosa' di inerte apatia cui corrisponde progressivamente l'isolamento - sprofondano emarginati in un gorgo al cui fondo può attenderli il suicidio (in età giovanile soprattutto), per liberarli dalla stretta di questo risucchio in se stessi, il medico a sostegno e completamento della propria sensibilità umana, possiede da tempo molecole farmacologiche capaci di percorrere i canali della serotonina, e così intervenire a sciogliere il blocco della depressione.

Ma anche chi esce da questa prigione, non può e non deve essere abbandonato a una libertà che per tanto tempo ha perso l'abitudine di praticare: deve essere, questo ex carcerato di se stesso, letteralmente riabilitato socialmente: riabilitato a esercitare la riconquistata libertà, riabilitato ad interagire col prossimo, col mondo.

Il traguardo cui la via serotoninica permette di arrivare è l'eliminazione della voglia di sparire, di sentirsi inesistente. Ma se il traguardo deve essere anche ridar al depresso la voglia di vivere, di tornare ad esserci per sé e per gli altri, allora la via è quella dell'altro neurotrasmettitore la cui circolazione è compromessa nella depressione: la *noradrenalina*.

Perché è specialmente lo scarseggiare della noradrenalina che nei depressi causa la perdita di interesse all'agire, il calo della capacità di provare soddisfazione e piacere, l'affievolirsi dell'iniziativa.

La reale uscita dalla depressione è pertanto non solo riprendere atto della propria esistenza, ma ancor più recuperare motivazione all'azione, propulsività lavorativa.

L'evoluzione dell'approccio diagnostico-terapeutico infine ha oggi portato ad un'ulteriore importante "step" nella cura della depressione e delle patologie dell'umore in genere: l'uso dei cosiddetti "regolatori dell'umore" (il Litio; alcuni farmaci della categoria degli anticonvulsivanti; i nuovi neurolettici di ultima generazione) per stabilizzare un umore che "oscilla" sia in fase depressiva che tesa-nervosa-irritabile.

Sergio Angeletti

