



DEPRESSIONE

Cos'è?

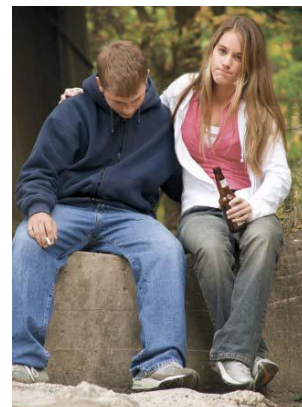
La depressione è un disturbo i cui sintomi persistono e interferiscono con il funzionamento familiare, sociale e scolastico del bambino o dell'adolescente. Non solo gli adulti soffrono di depressione, anche i bambini e i ragazzi possono sviluppare disturbi depressivi.

I bambini sotto stress, che hanno subito una perdita o che hanno disturbi di attenzione, di apprendimento, del comportamento o ansia sono a maggior rischio di sviluppare depressione.

Quali sono i sintomi/segni?

Tipici sintomi depressivi sono la tristezza, il senso di inadeguatezza, di mortificazione e di vergogna, la paura di non essere amati, la sensazione di esclusione dal gruppo, il senso di colpa, l'incapacità ad esprimere e a modulare l'aggressività. Il bambino presenta potenziali segni di depressione quando manifesta:

- ✓ una profonda tristezza o un pianto frequente;
- ✓ un ridotto interesse o piacere nello svolgere le abituali attività;
- ✓ sconforto, noia persistente, senso di affaticamento e una scarsa concentrazione.
- ✓ isolamento, scarsa comunicazione e difficoltà nelle relazioni con i coetanei;
- ✓ una bassa autostima e sensi di colpa, pensieri di morte o comportamento autolesivo.
- ✓ un'estrema sensibilità al rifiuto o al fallimento;
- ✓ irritabilità, rabbia o litigiosità;
- ✓ lamentele frequenti come mal di testa e mal di stomaco;
- ✓ frequenti assenze o scarso rendimento scolastico;
- ✓ un importante cambiamento delle abitudini alimentari o disturbi del sonno;
- ✓ tentativi di fuga da casa.



Non basta che sia presente soltanto uno dei sintomi sopraelencati per sospettare un disturbo depressivo ed è importante inoltre considerare tutti i sintomi in base all'età di sviluppo del bambino. Un bambino che giocava spesso con gli amici se depresso tende a trascorrere la maggior parte del tempo da solo e perde piacere per i suoi interessi. Non trova divertenti la maggior parte delle cose e ride poco. Bambini e adolescenti che sono depressi possono essere ad aumentato rischio di suicidio, sebbene sia raro prima dei 10 anni. Devono preoccupare pensieri come: "starei meglio se fossi morto", "i miei genitori sarebbero più felici se io fossi morto", "nessuno pensa a me... se fossi morto sarebbe lo stesso". Adolescenti depressi possono abusare di alcool o altre droghe per cercare di sentirsi meglio. A volte la tristezza non è evidente e la depressione si manifesta come problemi di comportamento, quali per esempio manifestazioni aggressive e irritabilità a casa o a scuola. Quando viene chiesto loro come stanno o come si sentono questi bambini affermano che sono infelici o tristi. È necessario un riconoscimento precoce dei primi segni, sintomi da parte di familiari, insegnanti e pediatri, i quali devono richiedere un'attenzione immediata degli specialisti neuropsichiatri infantili.

Come si cura?

Il trattamento comprende interventi individuali con il bambino e psicoeducativi e di supporto con la famiglia. La terapia cognitivo-comportamentale è una forma di psicoterapia individuale efficace. Il trattamento può includere anche l'uso di farmaci antidepressivi in associazione alla psicoterapia. La scelta del tipo di intervento dipende dall'età, dalla gravità e/o dalla presenza di altri disturbi psichiatrici associati.