

**6** mar  
2024

MEDICINA E RICERCA

S  
24

## Depressione al femminile, 2 milioni di donne colpite in Italia. Il punto in un convegno l'8 marzo a Milano

SEGNALIBRO | ☆

di *Francesca Merzagora* \*, *Claudio Mencacci* \*\*

Oggi l'aumento dei casi di malattie psichiche, soprattutto depressione, che si è visto nel post Covid si è fermato, ma non accenna ancora a diminuire, così come si aggravano i casi di isolamento sociale e solitudine.

Questi sono fattori di alto rischio depressivo (1 caso su 5, secondo uno studio su Lancet) e di aumentata mortalità cardiovascolare (del 32% secondo una recentissima metanalisi pubblicata su Jama), soprattutto nelle donne.

Insomma, si pensava solo a un 'picco' momentaneo di casi di depressione dovuto alle condizioni causate dalla pandemia, mentre anche nel 2023 i numeri confermano i 3 milioni di casi, e di questi 2 milioni riguardano prevalentemente le donne, adolescenti e adulte. Per questo Fondazione Onda e Sinpf hanno deciso di organizzare proprio l'8 marzo, la Festa della Donna, a Milano, un convegno su questi temi: "Donne e salute mentale, i disturbi più comuni nell'era dell'imprevedibilità".

L'obiettivo di questo incontro, dedicato ai medici e agli specialisti, e realizzato grazie al contributo non condizionante di Viatrix, è proprio tenere acceso il faro su ansia, depressione, disturbo bipolare, insonnia: tutte quelle problematiche di salute mentale che sappiamo riguardare prevalentemente l'universo femminile. Sappiamo che le origini della depressione femminile in particolare sono complesse e multifattoriali: aldilà di una componente genetica, rivestono un ruolo importante gli ormoni femminili. Le donne, inoltre, tendono anche a vivere con maggior coinvolgimento e più alta risonanza emotiva le relazioni sociali e affettive e ciò le rende più vulnerabili. A questo si aggiunge il ruolo multitasking della donna, oltre a fattori di rischio quali la violenza fisica e psicologica che la espongono pesantemente, soprattutto in particolari fasi della vita. Senza contare il problema della comorbidità con malattie metaboliche e cardiovascolari. Sappiamo ad esempio, che nei pazienti con depressione, il diabete è 5 volte più frequente, la coronaropatia ischemica e le malattie articolari sono circa il doppio, le malattie respiratorie sono 4 volte più frequenti e, dopo i 55 anni, la mortalità è circa 4 volte superiore a quella della popolazione generale. Problematiche che richiedono un approccio integrato che affronti entrambe le condizioni attraverso trattamenti compatibili e prescritti in sinergia con i colleghi che si occupano dell'altra malattia.

Anche l'insonnia è tra le condizioni associate alla depressione. Nella sua forma cronica (che coinvolge circa il 10% della popolazione) interessa con un'incidenza più che doppia il sesso femminile nell'arco della vita. A partire dal periodo puberale gli ormoni femminili tendono a superficializzare il sonno, a diminuirne la pressione verso il



sonno e aumentare quella per la veglia. Valutare e trattare l'insonnia nel sesso femminile è quindi di particolare importanza.

Tutte le informazioni sono sul sito <https://fondazioneonda.it/it/appuntamenti-onda/donne-e-salute-mentale-i-disturbi-piu-comuni-nellera-dellimprevedibilita/>

*\* Presidente Fondazione ONDA (Osservatorio nazionale sulla salute della donna e di genere)*

*\*\* Co-Presidente Sinf (Società Italiana di Neuro Psico Farmacologia)*

© RIPRODUZIONE RISERVATA

---

## Mencacci (Sinfp), 20% casi di depressione causato da solitudine

Mencacci (Sinfp), 20% casi di depressione causato da solitudine

Merzagora (Onda), problema riguarda prevalentemente le donne

(ANSA) - ROMA, 08 MAR - "L'isolamento sociale e la solitudine sono fondamentali fattori di alto rischio depressivo (1 caso su 5, secondo uno studio su Lancet) e di aumentata mortalità cardiovascolare (del 32% secondo una recentissima metanalisi pubblicata su Jama), soprattutto nelle donne. Questa riduzione progressiva dei contatti ha provocato un aumento di stress, causato e correlato dalla percezione del pericolo, che aumenta venendo meno il fattore protettivo più importante: la solidarietà". È quanto ha affermato Claudio Mencacci, co-presidente della Società Italiana di NeuroPsicoFarmacologia (Sinfp) e direttore emerito di psichiatria all'Asst Fatebenefratelli-Sacco di Milano nel corso del convegno 'Donne e salute mentale, i disturbi più comuni nell'era dell'imprevedibilità', organizzato dalla Sinfp e da Fondazione Onda, con il contributo non condizionante di Viatrix.

Nel corso dell'evento è stata lanciata la campagna 'Non Sono Solo', che sul portale dedicato mette a disposizione contenuti informativi, educazionali e di supporto sui temi della salute mentale, fornendo alla popolazione gli strumenti di base per riconoscere i sintomi e confrontarsi con il proprio medico o con lo specialista.

"In occasione della Festa della Donna l'obiettivo di questo incontro è tenere acceso il faro su ansia, depressione, disturbo bipolare, insonnia: problematiche di salute mentale che sappiamo riguardare prevalentemente l'universo femminile", ha affermato Francesca Merzagora, presidente di Fondazione Onda. "Le origini della depressione femminile in particolare sono complesse e multifattoriali: al di là di una componente genetica rivestono un ruolo importante gli ormoni femminili. Le donne, inoltre, tendono anche a vivere con maggior coinvolgimento e più alta risonanza emotiva le relazioni sociali e affettive e ciò le rende più vulnerabili. A questo si aggiunge il ruolo multitasking della donna, oltre a fattori di rischio quali la violenza fisica e psicologica che la espongono pesantemente, soprattutto in particolari fasi della vita", ha concluso.

## \*\*8 MARZO: PSICHIATRA A POLITICA, 'URGE PIANO CONTRO SOLITUDINE EPIDEMIA NASCOSTA'\*\* =

ADN0555 7 CRO 0 ADN CRO NAZ

\*\*8 MARZO: PSICHIATRA A POLITICA, 'URGE PIANO CONTRO SOLITUDINE EPIDEMIA NASCOSTA'\*\* =

Mencacci, 'colpisce in metropoli e piccoli centri anche al Sud e le donne sono molto esposte, curandola -20% casi depressione'

Milano, 8 mar. (Adnkronos Salute) - "C'è un'epidemia nascosta", che ha i contorni di una vera "emergenza sanitaria per l'impatto che ha sulla salute, soprattutto quella delle donne", oggi celebrate in occasione della festa dell'8 marzo. La malattia che sta colpendo sempre di più è "la solitudine" e "urge un piano ad hoc". E' l'appello che lo psichiatra Claudio Mencacci, co-presidente della Società italiana di NeuroPsicoFarmacologia (Sinpf) e direttore emerito di Psichiatria all'Asst Fatebenefratelli-Sacco di Milano, rivolge alla politica. "E' indispensabile oggi intervenire con screening, con attività di connessione, con quella che viene chiamata 'prescrizione sociale' - spiega all'Adnkronos Salute, oggi a Milano a margine del convegno 'Donne e salute mentale, i disturbi più comuni nell'era dell'imprevedibilità', organizzato da Sinpf e Fondazione Onda (Osservatorio nazionale sulla salute della donna e di genere), con il contributo non condizionante di Viatrix - Sono misure che rappresentano un investimento sulla salute a tutti i livelli, visto i danni che fa la solitudine. Se solo si curasse questo 'male' per come è, già si ridurrebbero del 20% i casi di depressione".

Questo perché da uno studio pubblicato sulla rivista scientifica 'The Lancet' emerge che l'isolamento sociale e la solitudine sono fattori fondamentali di un alto rischio depressivo e sono implicati in un caso su 5, ma espongono anche a un'aumentata mortalità cardiovascolare (del 32% secondo una recentissima metanalisi pubblicata su 'Jama') e ancora una volta soprattutto nella popolazione femminile. "E' urgente dunque intervenire per ridurre questi fattori". Tanto più, aggiunge Mencacci, che "oggi l'aumento dei casi di malattie psichiche, soprattutto depressione, che si è visto nel post Covid si è fermato, ma non accenna tuttavia ancora a diminuire, così come la solitudine". Affrontare l'emergenza solitudine "porterebbe dei ritorni anche su altre patologie, come il decadimento cognitivo".

"In alcuni Paesi, per esempio nel Regno Unito - osserva lo psichiatra - hanno aperto dei veri e propri ministeri per la Solitudine", e lo

stesso in Svezia, Giappone, Spagna si è dato vita a una vera e propria politica di "contrasto nei confronti di questa condizione. Anche noi dobbiamo incoraggiare iniziative coordinate di contrasto e di prevenzione. C'è un fatto sanitario che si deve affrontare anche attraverso questi strumenti. Un piano ad hoc - chiede Mencacci - che faccia sì che le forze e le risorse del territorio, sia pubbliche che private, del Terzo settore e dello sport, e in generale dell'associazionismo, siano collegate fra di loro in uno sforzo comune. Poi noi, come società scientifica, continuiamo a chiedere sempre un'Agenzia nazionale per la salute mentale e ribadiamo che questo è il nostro obiettivo, proprio per evitare che le attività messe in campo si perdano in rivoli che non sempre raggiungono gli obiettivi". Il tutto dunque finalizzato a "un'azione coordinata". A fare massa critica. (segue)

(Lus/Adnkronos Salute)

ISSN 2465 - 1222

08-MAR-24 13:01

NNNN

## 8 MARZO: PSICHIATRA A POLITICA, 'URGE PIANO CONTRO SOLITUDINE EPIDEMIA NASCOSTA' (2) =

ADN0599 7 CRO 0 ADN CRO NAZ

8 MARZO: PSICHIATRA A POLITICA, 'URGE PIANO CONTRO SOLITUDINE EPIDEMIA NASCOSTA' (2) =

(Adnkronos Salute) - "La solitudine cresce anche nel nostro Paese", in linea con quanto accade a livello internazionale, continua Mencacci. Ed è un 'male' democratico, nel senso che colpisce in modo trasversale. "Colpisce nelle grandi metropoli del Nord, ma non solo - osserva l'esperto - Paradossalmente c'è più solitudine in alcune regioni del Sud, dove per esempio quando si è andati a indagare in particolare sulla solitudine degli anziani si è visto che è più marcata in alcune aree. E nessuno avrebbe pensato al Sud che vediamo più coeso da un punto di vista familiare, eppure è emerso questo. Anzi, per certi versi nel Meridione la solitudine quando si manifesta lo fa in maniera ancora più forte, con i figli che vanno via, i paesi che si spopolano, le difficoltà di spostamento e autonomia, il tutto aggravato dalla presenza di patologie concomitanti in terza età. E la tendenza, soprattutto fra le donne, è quella di stare sole e chiuse se non c'è qualità nell'offerta di una risposta al problema".

Quello che si può fare, fa notare lo psichiatra tornando a richiamare l'attenzione della politica su questo fronte, "è lavorare sul riconoscimento precoce delle situazioni problematiche, potenziare l'informazione e la sensibilizzazione, dedicarsi con attenzione ad alcune fasi soprattutto della vita delle donne: quella iniziale dell'adolescenza e la fase della gravidanza, in cui è importante contrastare la solitudine. E poi la terza età. Tenendo presente sempre che le donne tendono a isolarsi di più, vogliono quasi sempre rapporti che hanno un valore e uno spessore, non si accontentano della superficialità delle chiacchiere da bar". Quindi è ancora più necessario il supporto. "In occasione della Festa della donna - interviene Francesca Merzagora, presidente di Fondazione Onda - l'obiettivo è tenere acceso il faro su problematiche di salute mentale che sappiamo riguardare prevalentemente l'universo femminile. Le origini della depressione femminile, in particolare, sono complesse e multifattoriali: aldilà di una componente genetica, rivestono un ruolo importante gli ormoni femminili".

"Le donne - continua Merzagora - tendono anche a vivere con maggior coinvolgimento e più alta risonanza emotiva le relazioni sociali e

affettive e ciò le rende più vulnerabili. A questo si aggiunge il ruolo multitasking della donna, oltre a fattori di rischio quali la violenza fisica e psicologica che la espongono pesantemente, soprattutto in particolari fasi della vita". In questi anni difficili si è assistito, riflette Mencacci, a una "riduzione progressiva dei contatti" che "ha provocato un aumento di stress, causato e correlato alla percezione del pericolo, che aumenta venendo meno il fattore protettivo più importante: la solidarietà. Anche per le problematiche legate alla solitudine il 'picco' di casi di depressione dovuto alle condizioni causate dalla pandemia non si è abbassato e il numero è rimasto costante nel 2023. Si parla sempre di 3 milioni di casi, e, di questi, 2 milioni riguardano prevalentemente le donne, adolescenti e adulte. Inoltre la depressione è spesso affiancata ad ansia, disturbi dell'alimentazione e del sonno". (segue)

(Lus/Adnkronos Salute)

ISSN 2465 - 1222

08-MAR-24 13:30

NNNN

## 8 MARZO: PSICHIATRA A POLITICA, 'URGE PIANO CONTRO SOLITUDINE EPIDEMIA NASCOSTA' (3) =

ADN0647 7 CRO 0 ADN CRO NAZ

8 MARZO: PSICHIATRA A POLITICA, 'URGE PIANO CONTRO SOLITUDINE EPIDEMIA NASCOSTA' (3) =

(Adnkronos Salute) - Un altro elemento che continua a pesare è l'effetto tabù. Tra le iniziative per superarlo e sfatare i pregiudizi sulla salute mentale che, ancora oggi, non consentono di parlare liberamente di patologie come ansia, depressione e insonnia, soprattutto tra i più giovani, è anche attiva la campagna 'Non Sono Solo' ([nonsonosolo.it](http://nonsonosolo.it)), che propone contenuti informativi, educazionali e di supporto sui temi della salute mentale, fornendo strumenti di base per riconoscere sintomi e confrontarsi con il proprio medico o con lo specialista.

"I dati confermano che sono le donne ad ammalarsi di depressione fino a 2 volte più degli uomini - tira le somme Emi Bondi, presidente della Società italiana di psichiatria (Sip) e direttore del Dipartimento di Salute mentale all'ospedale Papa Giovanni XXIII di Bergamo - Una vulnerabilità, quella femminile, legata sicuramente a fattori biologici, ma anche a fattori sociali, connessi allo stress legato al sovraccarico lavorativo ed emotivo che spesso sono chiamate ad affrontare, nel ruolo di lavoratrici e contemporaneamente di madri e di caregiver dei familiari". Per Bondi "è fondamentale programmare attività di prevenzione e di educazione alla prevenzione, soprattutto nelle scuole, e migliorare anche la capacità di diagnosi precoce, di intervento e di cura prima che la malattia diventi troppo grave o che si sviluppino casi di comorbidità".

"E' determinante una riflessione sul problema della salute mentale e sul disagio delle donne in un contesto che sembra diventare sempre più aggressivo, violento e spietato in situazioni che invece richiedono attenzione e tutela pura", commenta in un videomessaggio l'assessore al Welfare della Regione Lombardia, Guido Bertolaso, cogliendo il richiamo degli psichiatri a un impegno della politica su questo fronte. L'assessore ha anche voluto ringraziare "le società scientifiche e le organizzazioni del terzo settore che ogni giorno si occupano di queste situazioni complicate e che ci pungolano, ci sollecitano, ci provocano nel dover essere sempre più attivi e propositivi". Che il tema della salute mentale "sia fondamentale per noi - precisa - non è soltanto un'affermazione che portiamo avanti a



parole. Abbiamo impegnato i nostri interlocutori del mondo della psichiatria, anche infantile, e della psicologia a darci quelle che devono essere le misure da mettere in pratica per fronteggiare il dilagare di queste problematiche, con particolare riferimento anche ai problemi delle nostre donne, la parte trainante oggi della nostra società. Non riusciamo ancora a dare tutte le risposte e i servizi che dovremmo mettere in piedi, ma dobbiamo riuscire a dissipare questo sentimento di solitudine e abbandono che spesso colpisce chi vive questi problemi di depressione, incertezza e insicurezza nella quotidianità".

(Lus/Adnkronos Salute)

ISSN 2465 - 1222

08-MAR-24 14:03

NNNN

## Depressione, esperti: - 20% se si interviene sui casi di solitudine

Depressione, esperti: - 20% se si interviene sui casi di solitudine Oggi a Milano l'evento congiunto Sinpf-Fondazione Onda

Roma, 8 mar. (askanews) - "Oggi l'aumento dei casi di malattie psichiche, soprattutto depressione, che si è visto nel post Covid si è fermato. Non accenna tuttavia ancora a diminuire, così come l'isolamento sociale e la solitudine. Questi sono anzi fondamentali fattori di alto rischio depressivo (1 caso su 5, secondo uno studio su Lancet) e di aumentata mortalità cardiovascolare (del 32% secondo una recentissima metanalisi pubblicata su JAMA), soprattutto nelle donne. La riduzione progressiva dei contatti ha provocato un aumento di stress, causato e correlato dalla percezione del pericolo, che aumenta venendo meno il fattore protettivo più importante: la solidarietà. E non a caso nel mondo, in Giappone, in Svezia, in Gran Bretagna, si sono visti istituire ministeri dedicati proprio alla solitudine". Con queste parole di Claudio Mencacci, co-presidente della Sinpf e direttore emerito di psichiatria all'ASST Fatebenefratelli-Sacco di Milano, si è aperto oggi a Milano il convegno "Donne e salute mentale, i disturbi più comuni nell'era dell'imprevedibilità" organizzato dalla Società Italiana di NeuroPsicoFarmacologia e da Fondazione Onda, con il contributo non condizionante di Viatrix. Tra le iniziative per sfatare tabù e pregiudizi sulla salute mentale che, ancora oggi, non consentono di parlare liberamente di patologie come ansia, depressione e insonnia, soprattutto tra i più giovani, è anche attiva la campagna "Non Sono Solo" ([nonsonosolo.it](http://nonsonosolo.it)) dove si trovano contenuti informativi, educazionali e di supporto sui temi della salute mentale, fornendo alla popolazione gli strumenti di base per riconoscerne i sintomi e confrontarsi con il proprio medico o con lo specialista.

"Anche per le problematiche legate alla solitudine il 'picco' di casi di depressione dovuto alle condizioni causate dalla pandemia - ha spiegato ancora Mencacci - non si è abbassato e il numero di casi è rimasto costante anche nel 2023. Si parla sempre di 3 milioni di casi, e di questi 2 milioni riguardano prevalentemente le donne, adolescenti e adulte. Inoltre la depressione è spesso affiancata ad ansia, disturbi dell'alimentazione e del sonno.

Anche la solitudine è ormai un chiaro fattore di rischio depressivo. Infine esiste il problema della comorbidità con malattie metaboliche e cardiovascolari".

Red-Mpd 20240308T130417Z

08/03/2024

Otto marzo. Sconfiggere la depressione, una battaglia soprattutto al femminile. Convegno Sinpf/ONDA

SIR - 8 Marzo 2024 - Tre milioni i casi di depressione nel 2023, dei quali 2 milioni riguardano donne. Ancora troppi i tabù e i pregiudizi su sofferenza psicologica e disturbi psichiatrici. Il punto su donne e salute mentale in un convegno oggi a Milano e una campagna per uscire dalla solitudine e chiedere aiuto. Fondamentali interventi di prevenzione a scuola, diagnosi e cure precoci. E il cinema è un potente alleato.

Si pensava ad un picco momentaneo legato alla pandemia, ma anche nel 2023 i numeri confermano 3 milioni di casi di depressione, e di questi, 2 milioni riguardano donne, adolescenti e adulte. Depressione spesso accompagnata da ansia, disturbi dell'alimentazione e del sonno, e per la quale solitudine e isolamento sociale sono un chiaro fattore di rischio. Infine il problema della comorbilità con malattie metaboliche e cardiovascolari. Se ne è parlato oggi, Giornata internazionale della donna, a Milano nel corso del convegno "Donne e salute mentale, i disturbi più comuni nell'era dell'imprevedibilità" promosso dalla Società italiana di NeuroPsicoFarmacologia (Sinpf) e da Fondazione Onda (Osservatorio nazionale salute donna). Ancora troppi i tabù e i pregiudizi che non consentono di parlare liberamente di ansia, depressione e insonnia, soprattutto tra i più giovani. Di qui la campagna Non sono solo che offre contenuti informativi, educativi e di supporto per fornire a tutti, ma soprattutto ai giovanissimi, strumenti di base per riconoscere i sintomi e confrontarsi con il proprio medico.

"Le origini della depressione femminile sono complesse e multifattoriali – spiega Francesca Merzagora, presidente Fondazione Onda -: aldilà di una componente genetica, rivestono un ruolo importante gli ormoni femminili. Le donne, inoltre, tendono a vivere con maggior coinvolgimento e più alta risonanza emotiva le relazioni sociali e affettive, e ciò le rende più vulnerabili. A questo si aggiunga il ruolo multitasking della donna, oltre a fattori di rischio quali la violenza fisica e psicologica". L'aumento dei casi di malattie psichiche, soprattutto depressione, registrato nel post Covid si è arrestato, ma "non accenna a diminuire", così come "l'isolamento sociale e la solitudine", fattori "di alto rischio depressivo (1 caso su 5, secondo uno studio su Lancet) e di aumentata mortalità cardiovascolare (del 32% secondo una recentissima metanalisi pubblicata su Jama), in particolare nelle donne", osserva Claudio Mencacci, co-presidente Sinpf e direttore emerito di psichiatria all'Asst Fatebenefratelli-Sacco di Milano.

Un aumento di stress cui corrisponde il venir meno del "fattore protettivo più importante: la solidarietà".

08/03/2024

Otto marzo. Sconfiggere la depressione, una battaglia soprattutto al femminile. Convegno Sinpf/ONDA / 2

SIR - Secondo un recente studio pubblicato sul Journal of Affective Disorders, che ha indagato l'andamento dello stress psicologico nel post-Covid-19, "la maggior parte della popolazione italiana ha sviluppato buone capacità di resilienza", spiega Camilla Gesi, dirigente medico Dipartimento salute mentale, Asst Fatebenefratelli-Sacco di Milano.

Tuttavia, "parte del campione ha mostrato sintomi ansiosi e depressivi persistenti, con un effetto predisponente del sesso femminile, della giovane età, del basso livello culturale, dello status di lavoratore autonomo e della collocazione in regioni del centro-sud d'Italia". Una vulnerabilità, quella femminile, "legata sicuramente a fattori biologici, ma anche a fattori sociali, connessi allo stress legato al sovraccarico lavorativo ed emotivo cui spesso sono chiamate le donne, nel ruolo di lavoratrici e contemporaneamente di madri e caregiver dei familiari", sottolinea Emi Bondi, presidente Società italiana di psichiatria (Sip) e direttore Dipartimento di salute mentale all'Ospedale Papa Giovanni XXIII di Bergamo. Fondamentale "programmare attività di prevenzione nelle scuole, migliorare capacità di diagnosi precoce, di intervento e cura prima che la malattia diventi troppo grave o si sviluppino casi di comorbidità".

Sì, perché molte malattie fisiche sono più frequenti nei pazienti con depressione, rispetto alla popolazione generale, e possono influenzarsi reciprocamente. A precisarlo è Andrea Fagiolini, ordinario di psichiatria al Dipartimento di medicina molecolare dell'Università di Siena: "Nei pazienti con depressione, il diabete è 5 volte più frequente, la coronaropatia ischemica e le malattie articolari sono circa il doppio, le malattie respiratorie sono 4 volte più frequenti e, dopo i 55 anni, la mortalità è circa 4 volte superiore a quella della popolazione generale". Di qui l'importanza di "un approccio integrato che affronti entrambe le condizioni".

08/03/2024

Otto marzo. Sconfiggere la depressione, una battaglia soprattutto al femminile. Convegno Sinpf/ONDA / 3

SIR - Oltre alle malattie fisiche, vi sono numerose condizioni psichiatriche spesso associate alla depressione. Come il disturbo bipolare, spiega Bernardo Dell'Osso, ordinario di psichiatria e direttore Psichiatria-2 all'Asst Fatebenefratelli Sacco di Milano, diagnosticato sempre più spesso (dal 2 al 5% della popolazione generale) nel genere femminile grazie ad "una maggior attenzione da parte dei professionisti della salute mentale nel riconoscere più precocemente i disturbi dell'umore", un tempo spesso "misdiagnosticati" per "semplici" depressioni. Tra i fattori responsabili dell'esordio precoce di disturbo bipolare già in età pediatrica e adolescenziale, soprattutto nel genere femminile, "sovrappeso e obesità", e "uso di sostanze".

Depressione e temi legati alla salute mentale si trasformano in soggetti per il grande schermo, con risultati spesso straordinari. Allo strettissimo rapporto cinema-salute mentale è dedicata la sessione finale dell'incontro. "Il cinema, con la sua capacità unica di catturare e trasmettere storie umane, gioca un ruolo cruciale nel rappresentare le esperienze di donne afflitte da sofferenze mentali", spiega Matteo Balestrieri, co-presidente Sinpf e direttore Clinica psichiatrica Asu Udine. Il grande schermo diventa infatti "una voce potente, rendendo visibili le sfide invisibili che affrontano quotidianamente" queste donne, e può contribuire a sfatare stereotipi e pregiudizi "offrendo un'esplorazione intima di motivazioni, sogni infranti e speranze". Infine, le storie cinematografiche offrono agli spettatori "uno sguardo comprensivo sulla lotta per la guarigione e l'autorealizzazione".



ABBONATI



MENU CERCA NOTIFICHE

la Repubblica

ABBONATI GEDI SMILE



SALUTE

FESTIVAL 2023 COVID SPORTELLLO CUORE TUMORI PSICOLOGIA ALIMENTAZIONE OSPEDALI DI ECCELLENZA VIDEO PODCAST CHI SIAMO

La Repubblica, La Stampa, Il Secolo XIX, Huffington Post,  
La Provincia Pavese, La Sentinella del Canavese

# Depressione: colpisce soprattutto le donne. Si ferma la crescita post Covid



*Su 3 milioni di casi, 2 milioni sono pazienti di sesso femminile. Il punto l'8 marzo al convegno di Milano*

06 MARZO 2024 AGGIORNATO ALLE 11:33

3 MINUTI DI LETTURA

f

X

✉

in

p

🕒

Si pensava solo a un 'piccò momentaneo di casi di depressione dovuto alle condizioni causate dalla pandemia, ma anche nel 2023 i numeri confermano i 3 milioni di casi. Di questi, 2 milioni riguardano prevalentemente le donne, adolescenti e adulte. Inoltre la depressione è spesso affiancata ad ansia, disturbi dell'alimentazione e del sonno. Anche la solitudine è ormai un chiaro fattore di rischio depressivo. Infine esiste il problema della comorbilità con malattie metaboliche e cardiovascolari.

## Depressione, per tornare a stare bene non bastano i farmaci

di Angela Nanni  
07 Marzo 2024



### L'incontro

Di tutti questi temi si parlerà a Milano l'8 marzo (Hotel Hilton), nel corso del [convegno "Donne e salute mentale, i disturbi più comuni nell'era dell'imprevedibilità"](#), organizzato dalla Società Italiana di NeuroPsicoFarmacologia e da Fondazione Onda, con il contributo non condizionante di Viatris. Tra le iniziative per sfatare tabù e pregiudizi sulla salute mentale che, ancora oggi, non consentono di parlare liberamente di patologie come ansia, depressione e insonnia, soprattutto tra i più giovani, è anche attiva la campagna "Non Sono Solo" ([nonsonosolo.it](#)). Qui si trovano contenuti informativi, educazionali e di supporto sui temi della salute mentale, fornendo alla popolazione gli strumenti di base per riconoscerne i sintomi e confrontarsi con il proprio medico o con lo specialista.

### La depressione

"Un recente studio pubblicato sul Journal of Affective Disorder, che ha indagato l'andamento dello stress psicologico nel post-COVID-19, mostra che la maggior parte della popolazione italiana ha sviluppato buone capacità di resilienza - spiega **Camilla Gesi**, dirigente medico del dipartimento di salute mentale, ASST Fatebenefratelli-Sacco di Milano - . Tuttavia non si è ancora verificata una diminuzione del numero dei casi di depressione a livello generale, costanti nel post Covid. Inoltre una parte del campione ha mostrato sintomi ansiosi e depressivi persistenti, con un effetto predisponente del sesso femminile, della giovane età, del basso livello culturale, dello status di lavoratore autonomo e della collocazione in regioni del centro-sud d'Italia. Ancora oggi, alcuni gruppi, incluse le donne, presentano un maggior rischio di malessere psicologico persistente e necessitano di interventi mirati".

Sono le donne a essere più esposte. "Questi dati confermano che sono le donne ad ammalarsi di depressione fino a due volte di più degli uomini - spiega **Emi Bondi**, presidente della Società Italiana di Psichiatria (SIP) e direttore del dipartimento di salute mentale all'Ospedale Papa Giovanni XXIII di Bergamo - . Una vulnerabilità, quella femminile, legata sicuramente a fattori biologici, ma anche a fattori sociali, connessi allo stress legato al



sovraccarico lavorativo ed emotivo che spesso sono chiamate ad affrontare, nel ruolo di lavoratrici, e contemporaneamente di madri e di care giver dei famigliari. È quindi fondamentale programmare attività di prevenzione e di educazione alla prevenzione, soprattutto nelle scuole, e migliorare anche la capacità di diagnosi precoce, di intervento e di cura prima che la malattia diventi troppo grave o che si sviluppino casi di comorbidità".

## La comorbidità

Il problema è che chi è depresso rischia di sviluppare anche altre patologie. "Molte malattie fisiche, infatti, sono più frequenti nei pazienti con depressione, rispetto alla popolazione generale e possono influenzarsi reciprocamente - precisa **Andrea Fagiolini**, professore ordinario di psichiatria al dipartimento di medicina molecolare dell'Università di Siena - . Ad esempio, nei pazienti con depressione, il diabete è 5 volte più frequente, la coronaropatia ischemica e le malattie articolari sono circa il doppio, le malattie respiratorie sono 4 volte più frequenti e, dopo i 55 anni, la mortalità è circa 4 volte superiore a quella della popolazione generale. Esistono molteplici meccanismi che spiegano questa frequente comorbidità: una base biologica comune, la presenza di fattori di rischio condivisi, lo stress emotivo e l'ansia, legati a ognuna delle due malattie, nonché le maggiori difficoltà nell'aderenza alle terapie prescritte. In molti casi, il trattamento della comorbidità richiede un approccio integrato che affronti entrambe le condizioni attraverso trattamenti compatibili e prescritti in sinergia con i colleghi che si occupano dell'altra malattia. Questo approccio evita di aggiungere un ulteriore carico a chi è già ammalato, migliora la prognosi della malattia esistente e facilita il raggiungimento di una migliore qualità di vita".

## Il disturbo bipolare

Oltre alle comorbidità con malattie 'fisiche', vi sono numerose condizioni psichiatriche che spesso sono associate alla depressione. "Tra queste troviamo il disturbo bipolare - spiega **Bernardo Dell'Osso**, professore ordinario di psichiatria e direttore del dipartimento di Psichiatria-2 all'ASST Fatebenefratelli Sacco di Milano - una condizione diagnosticata con sempre maggiore frequenza (dal 2 al 5% della popolazione generale) nel genere femminile. Diverse sono le ragioni alla base di tale fenomeno. La più importante è una maggior attenzione da parte dei professionisti della salute mentale nel riconoscere più precocemente i disturbi dell'umore. Tra questi, molte forme di disturbo bipolare di tipo 2, longitudinalmente caratterizzate dalla prevalenza di episodi depressivi, vengono oggi diagnosticate con maggiore attenzione e precocità, essendo in precedenza state spesso misdiagnosticate per "semplici" depressioni. Una serie di fattori è stata chiamata in causa per spiegare l'aumentare di forme ad esordio precoce di disturbo bipolare già in età pediatrica e adolescenziale, soprattutto nel genere femminile. Tra questi occorre menzionare una maggior frequenza di sovrappeso e obesità, fattori in grado di anticipare la pubertà nel genere femminile, con conseguente maggior rischio di sviluppare disturbi dell'umore, soprattutto in presenza di altri fattori di rischio ambientale, come l'uso di sostanze. Una maggiore prevalenza di disturbo bipolare nel genere femminile presenta inoltre una serie di implicazioni in termini di gestione terapeutica e follow-up".

---

### Argomenti

depressione

salute femminile

cervello