



Un esempio è la depressione post-parto

La depressione dilaga nelle città. Donne sempre più schiave di drink, cocaina e farmaci

*Donne in carriera e mamme super impegnate le vittime più frequenti del mal di vivere. Sotto accusa il netto **aumento della quantità di lavoro, stress** e l'escalation di episodi di violenza fra le pareti domestiche. A Milano il record: 85 mila persone sono in cura e sette su dieci è di sesso femminile*

Milano, 9 mar. (Adnkronos/Ign) - **Schiave del blister: mai a letto senza una maxi dose di sonniferi. E inseparabili dal drink e dalla sniffata serale**, unica via per distrarsi dallo stress schiacciante di dover tenere in piedi carriera e famiglia. Sono le nuove generazioni di depresse. **Mamme super impegnate o donne sole e maniache del lavoro**. La via di fuga per loro si chiama alcol, droga e sonniferi.

Un fenomeno in aumento, secondo gli addetti ai lavori che si vedono arrivare nei centri specializzati casi sempre più complessi, in cui la depressione è scatenata o alimentata da una serie di fattori. Fra questi l'abuso di sostanze che di anno in anno dilaga. A segnalare la tendenza è Claudio Mencacci, direttore del Dipartimento di neuroscienze del Centro di depressione donna attivo nell'ospedale Fatebenefratelli di Milano. "I dati ci dicono che **in Italia, come nel resto d'Europa, la depressione femminile sta aumentando**", avverte l'esperto oggi durante un convegno sulla depressione in rosa che si è svolto nel capoluogo lombardo.

Sotto accusa "il netto aumento della quantità di lavoro e di stress cui la donna è sottoposta, i disturbi del sonno sempre più frequenti soprattutto nelle grandi città, e l'escalation di episodi di violenza fra le pareti domestiche, uno dei fattori ad alto rischio". Al quadro si aggiunge l'abuso di sostanze stupefacenti e alcol nelle donne, "una concausa che la comunità scientifica sta osservando sempre di più nei nuovi casi di depressione", osserva Mencacci. **L'identikit delle vittime del mal di vivere?** Regine degli happy hour che non nascondono la mania del bicchiere, insonni farmacodipendenti, **'stregate' dalla cocaina**.

"Le donne che abusano di sostanze sono numericamente inferiori rispetto agli uomini, ma sviluppano dipendenze più gravi e sono più vulnerabili", spiega lo psichiatra. "Il loro alcolismo non è più quello nascosto dalle mura di casa". Oggi è sempre più sotto gli occhi di tutti, "sempre più scoperto. Un fenomeno assolutamente nuovo". **La metropoli è spesso la cornice di queste storie**. Milano, per esempio, ha numeri da record: 85 mila persone sono in cura per depressione. E sette su dieci sono donne.

La vita da metropoli toglie il sonno anche per effetto dell'inquinamento sonoro, e fa ammalare. Gli esperti osservano "l'aumento del consumo di cocaina fra le donne, ma anche l'abuso di sostanze indotto dalla carenza di sonno". E il popolo delle depresse-alcol o tossicodipendenti incide in maniera sempre più pesante sul bilancio, anche se è difficile calcolare quanto.

Fra le vittime del mal di vivere ci sono anche le mamme in depressione post-parto, le ragazze che devono fare i conti con i disturbi dell'alimentazione, persino chi risente della minore esposizione alla luce. Visto lo scenario, incalza Mencacci, "è importante che la donna affronti la malattia. E soprattutto è possibile esercitare un'azione preventiva sul piano psichico, conoscendo i suoi specifici punti di fragilità, la sua complessità ormonale".

Un esempio è la depressione post-parto dove, assicura l'esperto, basta garantire una corretta assistenza alle giovani coppie per evitare che le situazioni a rischio degenerino. **Sul fronte della lotta alla depressione scende in campo anche Progetto Itaca**, associazione di volontari che ha istituito un numero verde (800.274.274) attraverso cui supportare chi ne soffre. Si tratta dell'unica linea che opera a livello nazionale in psichiatria, con particolare attenzione per chi soffre di depressione, ansia, attacchi di panico, anoressia e bulimia.