

Azione comunicativa legata al Progetto “È importante saperlo” Ospedale di Argenta – febbraio 2019

La depressione : per uomini e donne “non è la stessa cosa”

L’Organizzazione Mondiale della Sanità ha da poco pubblicato il primo studio “Salute e benessere maschile nella regione europea OMS: miglior salute attraverso un approccio di genere”.

Sebbene dai dati riportati nella ricerca risulti che gli uomini europei vivono più a lungo e in salute, una parte consistente continua a morire per cause prevenibili. Le cause sembrano essere i cattivi stili di vita e la tendenza maschile a non rivolgersi al medico. Spesso quando ci sono problemi psichiatrici, come la depressione, gli uomini non chiedono aiuto e le loro condizioni di salute rischiano perciò di aggravarsi e cronicizzarsi.

Uomini e donne: la diversità nel raccontare le proprie emozioni

Ogni persona elabora la necessità e richiesta di aiuto in modo soggettivo quando si reca in ambulatorio ; ma sono soprattutto gli uomini che non manifestano apertamente la richiesta di aiuto comunicando apertamente le proprie emozioni

Nei primi anni Settanta venne definita l’ “*alesitimia*”, come la riduzione e/o incapacità sia di riconoscere che descrivere verbalmente i propri stati emotivi e quelli altrui a terze persone (il medico, la moglie, l’amico).

Nel 2013 è stata pubblicata un’importante ricerca che, oltre a testimoniare che le donne vengono diagnosticate depresse il doppio degli uomini, conferma che sussistono manifestazioni di depressione diverse tra uomini e donne.

Le donne sono tendenzialmente più propense a manifestare e raccontare sintomi di stress, indecisione, ansia, disturbi del sonno, incapacità di adattamento e si suppone, per tale motivo, che le stesse siano soggette a una diagnosi di depressione raddoppiata rispetto gli uomini.

Gli uomini hanno una minore disponibilità/capacità a esplicitare le stesse emozioni di malessere e disagio; per lo più sono legati al “mostrarsi tutto d’un pezzo” e spesso ne conseguono il non chiedere aiuto, ma “attendere” per vedere se si riesce a risolvere la situazione senza rivolgersi ad un professionista.

Dati ISTAT

Da una ricerca ISTAT del 2009 sui suicidi , in Italia gli uomini si suicidano tre volte più delle donne (10,7 per cento su 2,9 per cento delle donne);

L’80% dei morti per suicidio sono uomini, con un rapporto di genere (uomini/donne) che è andato aumentando nel tempo, passando da 2,1 nel 1980 a 3,8 nel 2011.

Anche se non è appropriato ricondurre tutte le morti da suicidio a manifestazioni depressive, il fatto che rappresentino una parte consistente di manifestazioni depressive, è convinzione condivisa in buona parte del mondo psichiatrico e psicologico.