



## **Depressione: negli anziani sintomi più gravi e persistenti**

**Uno studio appena pubblicato da Lancet Psychiatry ha messo in evidenza come tra gli anziani i sintomi della depressione siano più gravi e persistenti rispetto ai pazienti più giovani.**

**10-07-2018**

Gli anziani con disturbo depressivo maggiore hanno una maggiore probabilità di sperimentare sintomi gravi e persistenti rispetto ai più giovani. A suggerirlo è uno studio olandese pubblicato da Lancet Psychiatry e coordinato da Brenda Penninx del VU University Medical Center di Amsterdam.

### Lo studio

I ricercatori hanno esaminato i dati relativi 1.042 adulti con disturbo depressivo maggiore, di età compresa tra 18 e 88 anni. Penninx e colleghi hanno studiato in che modo la depressione si sviluppava nel tempo, confrontando i sintomi all'inizio dello studio e dopo due anni. Rispetto ai partecipanti della fascia di età 18-29 anni, le persone con più di 70 anni avevano dalle due alle tre volte in più di probabilità di avere una diagnosi di disturbo depressivo maggiore dopo due anni e di aver sofferto di sintomi durante la maggior parte di quel periodo. Gli anziani, inoltre, hanno impiegato più tempo per andare in remissione o per avere miglioramenti nella gravità della depressione.

### Le conclusioni

Un motivo, secondo gli autori, potrebbe essere dovuto al fatto che gli anziani hanno una maggiore probabilità di avere fattori di rischio per la depressione, come malattie croniche, solitudine o stili di vita poco sani. È anche possibile che l'invecchiamento del cervello porti a una riduzione della plasticità. E così, prevenzione, diagnosi precoce e trattamento sono essenziali, come sottolinea Penninx. "Tutto ciò che funziona per prevenire la depressione, uno stile di vita salutare, attività sociali, prendersi cura della propria salute il più possibile, è utile".

E se si sviluppa la depressione, "cercare un trattamento adeguato è essenziale perché c'è, specialmente tra gli anziani, una sottostima di questo disturbo", spiega l'esperto. Secondo Tze Pin Ng, della National University di Singapore, la depressione maggiore colpisce persone di tutte le età, ma soprattutto tra i 45 e i 65 anni. Ma anche se tra gli anziani il rischio di depressione è più basso rispetto agli adulti di mezza età, i primi tendono ad avere una depressione in forma più grave.

Per questo è importante che gli anziani adottino misure per proteggersi. "Prestare attenzione ad adeguati livelli di attività fisica e sociale e assumere abitudini alimentari sane aiutano a ridurre i rischi metabolici e vascolari, per contrastare allo stesso tempo lo sviluppo di demenza e depressione, oltre che di malattie cardiache", ha sottolineato l'esperto, che ha scritto un editoriale sullo studio.

Fonte: Lancet Psychiatry, Lisa Rapaport

(Versione Quotidiano Sanità/Popular Science)