

## Depressione, a rischio anche i bimbi. Ed è a scuola che si intuisce il pericolo



**La depressione può colpire adolescenti e bambini, anche fino sotto i 3 anni di età.** Un male da sempre definito “oscuro”, difficile da individuare, complicato da combattere. Una particolare attenzione va riposta quindi ai comportamenti dei nostri bimbi: capire quando qualcosa non va oltre misura è importantissimo, anche perché stadi depressivi potrebbero avere ripercussioni sui loro comportamenti da adulti, in altre parole sulla loro vita. **Non è facile quantificare il fenomeno.** Alcuni studi riportati in passato dal Ministero della Salute affermano che negli adolescenti la depressione colpisce fra 4-8% dei ragazzi, ma che anche il 2% dei bambini abbia sofferto di casi simili.

«Nei primissimi anni di vita, e in particolare nei bambini da zero a 10 anni – ha raccontato a La Repubblica Adelia Lucattini psichiatra, psicoterapeuta e psicoanalista - **la depressione è un fenomeno piuttosto frequente.** E’ diagnosticabile in età pre-scolare, tra i 2 e i 5 anni, e anche da 0 a 3 anni, benché si tratti di una situazione molto più rara. A parte alcune forme gravi e ben conosciute, la depressione più frequente è anche la meno grave, ma provoca ovviamente una grande sofferenza nel bambino e nella sua famiglia. Inoltre, se non riconosciuta e trattata, può avere delle ripercussioni importanti sulla sua vita presente e sul suo sviluppo, e quindi sul suo futuro di adolescente e di adulto».

## **Ma come si può capire se il comportamento del proprio bimbo rientra nella normalità della vita, con i suoi alti e bassi, o è sintomo di depressione?**

Come dicevamo, non è semplice arrivare a capirlo, ma alcuni campanelli d'allarme ci sono. Ad esempio bisogna **monitorare comportamenti che di per sé si riconoscono facilmente come sbagliati**: tipo la troppa aggressività, la tendenza a picchiare i propri compagni di scuola o amici, può rappresentare una fase della vita. Ma se tali atteggiamenti rimangono inalterati nel tempo, e pervadono tutta la giornata dei nostri ragazzi (non sono quindi focalizzati solo in un particolare momento, come a scuola), bisogna cominciare a porre attenzione.

Ma non è facile capire quando un bimbo è depresso perché oltre all'aggressività, all'agitazione (segnali comunque di sfogo di un qualcosa che non va, anche non grave ovviamente), ci possono essere bimbi "tristi" anche se con una vita normale, una personalità tranquilla, ubbidiente. Ci sono poi altri segnali, come il mangiare e dormire poco. «L'allarme si crea – precisa Lucattini – se compaiono insonnia o inappetenza, con perdita di peso e talvolta anoressia. La cosa che però accomuna tutti, agitati e tranquilli, è una **progressiva diminuzione o uno scarso rendimento scolastico**».

Ed è qui che fondamentale è il ruolo della scuola, in particolare il dialogo fra maestri e genitori. «Le insegnanti stanno a contatto con i piccoli molte ore al giorno – conclude la Lucattini – sono attenti osservatori dei loro comportamenti e del loro rendimento, della loro capacità di stare insieme agli altri e di interagire con gli adulti. Li accompagnano in mensa, li osservano mentre mangiano e vedono quanto mangiano, si accorgono se sono più affaticabili o in forze, più vivaci o più spenti». Meglio tenere gli occhi aperti, senza ovviamente crearsi ansie, sapendo che la depressione può colpire anche i propri bambini.

**Vai all'articolo:**

**<http://www.familydea.it/cura-e-salute/depressione-a-rischio-anche-i-bimbi-ed-e-a-scuola-che-si-intuisce-il-pericolo/>**