

## Raggi perduti

Pigrizia, profonda tristezza, bisogno continuo di dormire, voglia irrefrenabile di mangiare pane, pasta e dolci. E poi perdita degli interessi, abbandono delle occupazioni abituali, irritabilità e ansia. Sommiamo tutti questi disturbi e abbiamo disegnato il "disturbo affettivo stagionale". In modi semplici potremmo parlare di depressione stagionale. Quel malessere profondo del corpo e dell'anima che, puntuale per molti, si presenta in autunno. Perché venga diagnosticata una depressione stagionale è però necessario che i sintomi si presentino senza una chiara causa psico-sociale, ossia senza un motivo emergente di stress, come ad esempio un problema familiare, scolastico o lavorativo. Parliamo di uno stato generale di malessere che, nella maggior parte dei casi, regredisce in primavera. Le statistiche dicono che ne è colpita una persona su cinque. Quindi, un numero piuttosto alto. Ma la stragrande maggioranza delle persone, lo dicono gli stessi psichiatri, si vergogna a palesare questo smarrimento che rende il sonno inquieto e difficile la concentrazione. In una bassa percentuale chi soffre della sindrome stagionale si ... ..

[Consultazione dell'intero articolo riservata agli abbonati](#)

01/11/2009