

## DISTURBO DELL'UMORE IN ADOLESCENZA

Come già detto l'adolescenza è un periodo in cui i ragazzi cambiano sotto diversi aspetti, sia fisici che caratteriali, in una costante oscillazione tra il bambino e l'adulto. I cambiamenti fisici sono da un lato più facilmente comprensibili, ma l'instabilità emotiva e caratteriale può assumere a volte contorni di non facile interpretazione, specie per i genitori.

Come distinguere la naturale spinta alla ribellione di mio figlio da un vero e proprio squilibrio dell'umore?

L'umore degli adolescenti è spesso altalenante e imprevedibile, suscettibile e di difficile approccio soprattutto per i genitori, con i quali i ragazzi cercano facilmente lo scontro, sia diretto che indiretto. In questo modo gli adolescenti cercano di autoaffermarsi e di diventare indipendenti, ma questa lotta generazionale deve essere prima di tutto propositiva e positiva per loro.

I disturbi dell'umore come ansia, attacchi di panico, depressione e bipolarismo fondano le radici nell'infanzia e possono avere diverse cause, a volte concomitanti: familiarità e predisposizione, gravi traumi (per es. violenza, abbandono, lutti), squilibri ormonali, disfunzioni endocrine a livello del sistema nervoso centrale (cervello), malformazioni fisiche o altre malattie, isolamento sociale, timidezza eccessiva, comportamento genitoriale disfunzionale.

Nel caso quindi di un disturbo dell'umore vero e proprio, i campanelli d'allarme sono molto precoci, presenti fin dalla tenera età e con la crescita subiscono una escalation che culmina proprio nell'adolescenza, quando il disturbo si somma al disagio comportamentale tipico dell'età. I fattori di rischio e i segnali rivelatori esistono quindi e si susseguono nel tempo, il genitore può individuarli precocemente interpretando il comportamento del proprio bambino e insieme allo specialista mettere in campo gli interventi utili a limitare ed evitare l'aggravarsi del problema.

L'irrequietezza, il disagio, l'instabilità caratteriale, non sono più forze propulsive e soprattutto vengono a mancare i segnali positivi della crescita quali il confronto, l'interesse sociale, la cura di sé, la ricerca di compagnia e di svaghi. La depressione è probabilmente il disturbo più diffuso e le cause possono essere molte come abbiamo detto. Il disturbo psicologico in assenza di un supporto familiare e terapeutico adeguati può sfociare in psicosi e causare problemi psico-fisici seri. Il disturbo alimentare poggia le basi sul disturbo dell'umore: uno stato depressivo conclamato evolve facilmente verso l'anoressia e la bulimia.