

Anziani, dolore cronico e depressione: come affrontarli per una migliore qualità della vita

Il dolore cronico e la depressione sono due sfide comuni tra gli anziani, spesso interconnesse e in grado di compromettere significativamente la qualità della vita, vediamo in questa intervista, come è possibile gestire questi disturbi e migliorare il benessere generale. Di questo e molto altro, ne parliamo con la Dott.ssa Adelia Lucattini, Psichiatra e Psicoanalista Ordinario della Società Psicoanalitica Italiana, in occasione della settimana dell'Alzheimer”;

Dott.ssa Lucattini, che differenza c'è tra dolore acuto e dolore cronico?

“Il dolore acuto è un'esperienza comune ed è un prezioso sistema di allarme per il corpo e la mente. Il dolore cronico (che persiste per almeno tre mesi), invece, è comune negli anziani e può associarsi a depressione. Attualmente, non è più classificato come un semplice sintomo, ma come una malattia a se stante, di cui si occupano specialisti e ricercatori in ambito geriatrico, neurologico, anestesilogico e psicologico.

I principali disturbi dolorosi negli anziani sono correlati a condizioni neurodegenerative e muscoloscheletriche, malattie vascolari periferiche, artrite e osteoartrite, malattie oncologiche che contribuiscono a una scarsa qualità della vita, isolamento sociale, attività fisica compromessa e dipendenza dallo svolgimento delle attività quotidiane”;

In che modo, sono correlati invecchiamento, dolore cronico e depressione negli anziani?

“L'invecchiamento è un processo naturale ed è accompagnato, nel tempo, da cambiamenti corporei e mentali. Questi cambiamenti includono la maturità emotiva, la saggezza, una migliore gestione delle relazioni familiari, ma anche il presentarsi di alcune patologie fisiche, alcune parte del processo d'invecchiamento (processi artrosici, neurodegenerativi, etc.), altre patologie specifiche a maggior insorgenza nella terza età (demenze e Alzheimer, malattia di Parkinson, malattie cerebrovascolari, patologie oncologiche, etc.). Le persone anziane sono naturalmente tutte diverse dal punto di vista della personalità, della vita personale, delle capacità relazionali e psichiche. I cambiamenti corporei, soprattutto quando compare dolore cronico, possono causare depressione anche in persone che non hanno mai avuto episodi depressivi importanti nel corso della propria vita.

Studi recenti mostrano che la prevalenza della depressione severa nelle persone sopra i 50 anni, nei paesi occidentali è del 16,5% e che l'incidenza (il numero dei nuovi casi) aumenta con l'età. Questo aumento è correlato alla presenza di patologie associate a dolore cronico che a loro volta causano depressione”;

Quali sono a Suo avviso, i principali fattori psicologici che possono contribuire allo sviluppo della depressione negli anziani, soprattutto in presenza di dolore cronico?

“Lo sviluppo della depressione è stato studiato a fondo dalla comunità scientifica ed è unanimemente riconosciuto come il problema di salute mentale più diffuso e il più curabile nell'anziano. L'Organizzazione Mondiale della Sanità stima che circa 350 milioni di persone soffrano di depressione ed è una delle principali cause di disabilità in tutto il mondo. È noto che la depressione agisce negativamente anche sulla salute fisica e può aggravare il decorso e l'aderenza alle cure, in qualsiasi malattia.

Sulla base di studi sulla popolazione tra 55 e 72 anni, si stima che la prevalenza del dolore cronico va dal 15,1% in Canada, 66 anni al 48,9% in Svezia. Negli anziani può raggiungere il 55% tra i 60 e i 67 anni e il 62% dopo i 75 anni. In uno studio pubblicato sul Cureus Journal of Medical Science (2022), la

