

## PREFAZIONE ALLA SECONDA EDIZIONE

*Quale obiettivo potrebbe essere più sacro di quello di prendersi cura di un fratello angosciato, specialmente quando l'afflizione origina dalla sua stessa umanità e non può essere fermata né dalla ragione, né dal ceto, né dalla ricchezza?*

*Emil Kraepelin*

Il due per cento circa della popolazione italiana soffre di disturbo bipolare. Ne soffrivano personaggi famosi, come Winston Churchill, Napoleone Bonaparte, Vincent Van Gogh, lord Byron, Virginia Woolf, Edgar Allan Poe: artisti, politici e scrittori che, nonostante la loro malattia, hanno lasciato un segno indelebile della loro grandezza. Tuttavia, la maggior parte delle persone colpite dal disturbo bipolare è solo “gente comune”, il cui più grande desiderio è vivere una vita normale con il proprio lavoro, i propri amici, i propri affetti. Dopo aver letto questa seconda edizione del volume “La depressione bipolare” di Gianfranco Graus, mi sono convinto che sia stata scritta pensando a loro.

Il disturbo bipolare deriva dall’interazione di alterazioni patologiche cerebrali, in parte ereditarie, con fattori psicologici, familiari e sociali. Se non curato, può avere conseguenze gravi sulla vita delle persone affette (e dei loro familiari), fino al suicidio, tragico epilogo nel quindici per cento dei casi. Gli studi scientifici indicano chiaramente che il disturbo bipolare può essere efficacemente curato con “terapie integrate” che prevedono l’uso di farmaci e psicoterapia. La farmacoterapia è indispensabile per stabilizzare l’umore, evitando pericolose oscillazioni verso l’alto, con fasi maniacali, o il basso, con fasi depressive. Restituisce, inoltre, l’energia vitale e la “voglia di fare” e riduce ansia e angoscia, con conseguente miglioramento della capacità di affrontare gli stress della vita quotidiana. D’altro canto, la psicoterapia ha un ruolo fondamentale nell’affrontare e risolvere efficacemente i problemi psicologici ed esistenziali che, spesso, scatenano le ricadute del disturbo e ne ritardano la guarigione, nonostante una valida terapia farmacologica.

Purtroppo, il disturbo bipolare è fra le malattie meno curate del nostro tempo: si calcola che negli Stati Uniti solo un individuo su tre riceva una terapia, sia essa farmacologica e/o psicologica. Inoltre, la ricerca clinica ha ampiamente dimostrato che le ricadute sia maniacali che depressive avvengono principalmente non per l’inefficacia delle terapie farmacologiche, ma perché molti pazienti, specie quando “stanno bene”, hanno la tendenza a sospendere tutte le cure “perché

non ne hanno più bisogno”. Pertanto, è di basilare importanza far comprendere alle persone che soffrono di disturbo bipolare e ai loro familiari cos’è e come si cura questa malattia, quali sono i gravi rischi connessi all’interruzione delle terapie farmacologiche, come si possono riconoscere i sintomi premonitori delle ricadute e come si possono prevenire, con quali tecniche si può affrontare il grave disagio psicologico personale e familiare a esse legato, come si possono aiutare i propri cari affetti e vivere loro accanto serenamente.

Nella mia ormai pluriennale collaborazione, come psichiatra e ricercatore, con Gianfranco Graus, ho avuto modo di apprezzare la competenza e la dedizione con cui aiuta i pazienti bipolari e le loro famiglie a comprendere e affrontare concretamente ed efficacemente la malattia. Dall’esperienza dei suoi lunghi anni di lavoro, ha visto la luce la prima edizione de “La depressione bipolare”, pubblicata nel 2007 e molto apprezzata per l’importante contributo alla divulgazione al pubblico dei non addetti ai lavori degli aspetti biologici e psicologici della malattia.

In questa seconda edizione, radicalmente rivista e ampliata, si rinnova lo sforzo di presentare gli ultimi aggiornamenti sulle complesse problematiche associate al disturbo bipolare, con l’intento di fornire strumenti sempre più efficaci e concreti nella gestione della malattia e del suo impatto sulla vita quotidiana dei malati e delle loro famiglie. Nel volume vengono analizzate le caratteristiche del disturbo bipolare spaziando dalla psicologia alla psichiatria, attraverso le tecniche psicologiche più aggiornate (come la *mindfulness* e la *Schema Therapy*), le neuroscienze, la genetica e la farmacologia, e arricchendo il testo con casi clinici esemplificativi che “umanizzano” la trattazione e la rendono vicina all’esperienza personale vissuta dai pazienti. In ultimo, le schede riassuntive alla fine di ogni capitolo offrono un valido e veloce strumento per focalizzare l’attenzione sui punti chiave degli argomenti trattati.

Sono sicuro che questa seconda edizione de “La depressione bipolare” raccoglierà, come la prima, l’interesse del pubblico e promuoverà ulteriormente la diffusione della coscienza dell’importanza di questa grave malattia nella nostra società.

*Prof. Alessandro Rotondo*  
*Specialista in Psichiatria*  
*Professore a contratto all’Università degli*  
*Studi di Pisa*