

ANSIA, INSONNIA E DEPRESSIONE

possono manifestarsi con i più svariati sintomi
a seconda dell'età e del genere di chi ne soffre.

NON SONO Solo

INFANZIA

IL DISTURBO D'ANSIA NON È SOLO UNA «COSA DA GRANDI».



In questa fase il disturbo d'ansia **non manifesta ancora grandi differenze di genere**.

Ansia da separazione, ansia sociale e paure
possono tradursi nei primi sintomi di disagio.

Irritabilità Aggressività Cambi d'umore repentina

Sensazione di inadeguatezza Tendenza a mettersi nei guai Rifiuto della scuola

Cambiamenti nei voti Difficoltà di concentrazione

Disturbi del sonno Alterazioni dell'appetito

ADOLESCENZA

LE MANIFESTAZIONI DI DISAGIO INIZIANO A **DIFFERENZIARSI**
IN BASE AL GENERE, SEBBENE CAUSE E SINTOMI
POSSANO SOVRAPPORSI TRA UOMO E DONNA.

Le cause più comuni sono la **pressione scolastica e sociale**,
l'ansia da prestazione, le **relazioni interpersonali e familiari**,
l'esposizione ai social media e gli **squilibri ormonali**.

ACTING-IN

Le ragazze tendono a manifestare la sofferenza nella propria dimensione interiore.¹

Apprensione e timore

Preoccupazione

Pessimismo

Sfiducia in se stesse

Disturbi del sonno

Isolamento

ACTING-OUT

I ragazzi si sfogano con comportamenti più evidenti nella dimensione esterna.¹

Aggressività

Irrequietezza fisica

Tendenze suicidarie

Tendenza a infrangere le regole

Irritabilità

Disturbi del sonno

ETÀ ADULTA

LA PREVALENZA DEI DISTURBI DI ANSIA E DEPRESSIONE
È A SVANTAGGIO DELLE DONNE.²

9,1%

Le cause più comuni sono legate a **squilibri ormonali**, parto, lavoro di accudimento e differenza di considerazione professionale.

Depressione
Stanchezza e mal di testa

Insomnia Disperazione
Isolamento

4,8%

Perdita dell'autonomia o del lavoro, mancata promozione professionale e aumento delle responsabilità sono le cause principali.

Calo delle prestazioni sessuali

Fuga dalle responsabilità familiari

Scarsa concentrazione

Tendenze suicidarie

Aggressività e abusi

TERZA ETÀ

CON L'AVANZARE DELL'ETÀ AUMENTA ANCHE LA PROBABILITÀ DI SOFFRIRE DI DISTURBI MENTALI, IN PARTICOLARE PER LE DONNE² A CAUSA DEI CAMBIAMENTI ORMONALI DOVUTI ALLA MENOPAUSA.

19,2%

9,5%

Cambiamenti significativi quali **pensionamento, lutto, solitudine e insorgenza di patologie mediche** coinvolgono uomini e donne portando alla manifestazione di **sintomi simili**.

Problemi fisici

Problemi cognitivi

Apatia

Isolamento

Calo dell'appetito

Perdita di peso