



Salute - La depressione scollega le emozioni dall'orologio interno: ecco perché il tempo sembra non passare mai

Padova - 18 mag 2026 (Prima Notizia 24) Uno studio internazionale guidato dalle Università di Padova e Pisa svela i meccanismi biologici della "dilatazione temporale depressiva". Nei soggetti con sintomi depressivi si interrompe il dialogo tra stato emotivo e percezione cronologica, aprendo la strada a nuove terapie mirate.

La mente umana regola la percezione del mondo esterno attraverso un delicato equilibrio tra stati d'animo e scansione del tempo, ma la depressione agisce come un'interferenza all'interno dei processi cognitivi, scollegando le emozioni dall'orologio interno e interrompendo il normale dialogo tra stato emotivo e percezione del mondo esterno. A fare luce su questo meccanismo è uno studio internazionale guidato dall'Università di Padova, con la fondamentale partecipazione dell'Università di Pisa, pubblicato sulla prestigiosa rivista *Biological Psychiatry Global Open Science*. La scoperta permette di capire meglio i sintomi di questo disturbo e apre anche a terapie future mirate a ripristinare il collegamento. Il fenomeno per cui, in chi soffre di depressione, le ore sembrano spesso non passare mai è noto in letteratura scientifica come 'dilatazione temporale depressiva'. Si tratta di una sensazione soggettiva di rallentamento del tempo i cui meccanismi biologici erano però poco compresi finora. Per indagare la questione, il team di ricerca guidato da Francesca Mura (Ateneo di Padova) ha monitorato tramite elettroencefalogramma l'attività cerebrale di 120 studenti universitari — metà dei quali con sintomi depressivi — durante la visione di filmati tristi o emotivamente neutri. Al termine dei video, i partecipanti dovevano stimare l'intervallo di tempo trascorso dalla comparsa di un segnale visivo. L'esperimento ha evidenziato una netta discrepanza: nei soggetti sani le emozioni negative alterano la percezione del tempo portando a sottostimarne la durata, mentre nei soggetti depressi questo adattamento non si verifica. "Questo a supporto della teoria che uno stato di depressione compromette il legame funzionale tra percezione emotiva e percezione del tempo", ha spiegato Gaetano Valenza dell'Università di Pisa. Questa scissione apre però a nuove e rivoluzionarie prospettive cliniche. Come ha aggiunto Claudio Gentili dell'Ateneo veneto, co-autore della ricerca: "Se la percezione del tempo fosse un aspect intimamente e inestricabilmente connesso all'esperienza depressiva, potremmo pensare di agire direttamente su di essa, aiutando i pazienti a rivalutare la durata e l'esperienza soggettiva del tempo che passa".

(Prima Notizia 24) Lunedì 18 Maggio 2026