



depressione post partum faridaferrato valeriabrenna

Tipi e diversa intensità delle alterazioni del tono dell'umore

- Tristezza delle *'lacrime del latte'* ○ 50 – 84 % frequenza
- Depressione post parto ○ 10 - 20 % frequenza
- Psicosi post parto ○ 3 - 5 % frequenza

Alcuni dati sulla diffusione

- Ogni anno oltre 100.000 italiane soffrono di depressione durante la gravidanza o dopo il parto.
- Otto mamme su 10 sono colpite dal '*baby-blues*' nella prima settimana dopo la nascita di un figlio: un misto di tristezza e tendenza al pianto.
- Il 10 -20 % manifesta la depressione vera e propria. La sua insorgenza può essere lenta e manifestarsi nell'arco dei primi mesi dopo la nascita con conclamati e gravi quadri depressivi.
- Nel 3-5% dei casi il problema sfocia in una vera e propria psicosi puerperale che può portare fino a gesti estremi

Quali i rischi?

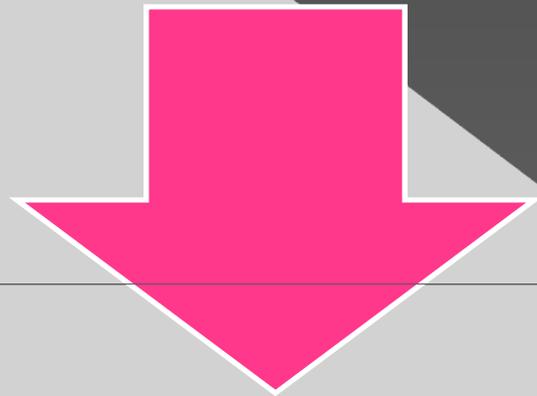
◉ Per le madri

- > La presenza di un episodio depressivo post-parto in una precedente gravidanza aumenta del 50% il rischio.
- > Essere giovani e madri single aumenta il rischio

◉ Per i bambini

- > I figli di madri depresse si alimentano peggio durante il periodo neonatale.
- > hanno una ridotta stimolazione psicosensoriale e minori livelli di interazione con l'ambiente.
- > Sviluppano così più facilmente disturbi dello sviluppo fisico, psicologico e del linguaggio, oltre che essere a rischio per disturbi psichiatrici nell'infanzia, adolescenza e da adulti".

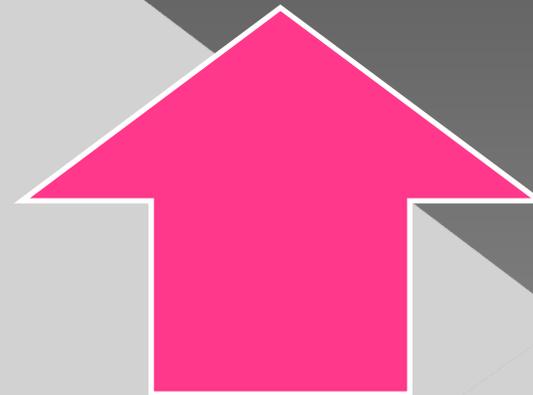
Primo periodo: da 1 – 10 giorni dopo



Ossitocina e prolattina



Estrogeni e HCG



.... e un stato malinconico: il baby blues

- ◉ Con il termine “blue”, coniato dal pediatra e psicoanalista inglese Donald Winnicott, si indica una condizione di disagio interiore della neomamma.
- ◉ **Sintomi:** umore instabile, facile tendenza al pianto, tristezza, ansia, perdita di concentrazione, sensazione di dipendenza.
- ◉ **Cause:** oltre allo stress ormonale vi è anche quello legato all'aumento delle responsabilità, imprevisti o contrasti familiari.
- ◉ **Insorgenza e durata:** il *Baby blues* è un problema di natura transitoria, si verifica immediatamente nella 1° settimana dopo il parto e si protrae mediamente per circa 10 - 15 giorni.

Secondo periodo: 11- 42 giorni dopo

- ◉ In questo secondo periodo post-parto il corpo ritorna gradualmente all'equilibrio di prima.
- ◉ il periodo termina a sei settimane dal parto
- ◉ dovrebbe concludersi con una visita dal ginecologo.

... ma è anche il periodo della depressione post parto

- **Insorgenza e durata:** la depressione post parto solitamente inizia durante la 3° o 4° settimana dopo il parto ma si evidenzia dopo 3 o 6 mesi dalla sua comparsa e può prolungarsi, a volte, per oltre un anno.
- **Sintomi:** irritabilità, eccessiva preoccupazione o ansia, sonno disturbato, inappetenza o smisurato appetito, dolori e debolezza muscolare, sensazione di fastidio nei confronti del bambino, sentirlo come un peso, mancanza di emozioni nei confronti del bambino, sensazione di inadeguatezza nella cura del bambino, avversione verso il bambino e paura di restare sola con lui, ritenersi madre e moglie incapace, mancanza di concentrazione nelle cose quotidiane che vanno dalle semplici cure all'interazione con il bambino e al riconoscimento dei bisogni reciproci.

Le cause

- ◉ Ormonali: di tipo sessuale e tiroideo.
- ◉ Fisiche: es. la stanchezza causata dai ritmi imposti dal bambino,
- ◉ Psicologiche: una personalità con bassa autostima o perfezionista.
- ◉ Sociali: giovane età, inesperienza e mancanza di aiuto e sostegno.
- ◉ Cognitive: avere aspettative irrealistiche sull'essere madre o sul bambino.

PSICOSI POST PARTO: è molto rara

- Psicosi puerperale si presenta in meno di due casi ogni mille parti.
- Una donna su 50.000, invece, manifesta tendenza al suicidio o infanticidio.

- Si tratta della forma più grave di depressione post parto.
- **Sintomi:** agitazione, insonnia, irritabilità, depressione o euforia, comportamento disorganizzato, deliri specifici (convinzione che il bambino sia malato o che addirittura abbia poteri speciali), deliri, allucinazioni (coinvolgono in particolare i sensi della vista e dell'udito come ad esempio sentire voci che ordinano alla madre come comportarsi oppure voci che ne denigrano il comportamento)
- **Insorgenza e durata:** solitamente la psicosi post parto si manifesta 3 settimane dopo il parto e spesso anche nell'arco di pochi giorni. Quanto alla durata, dipende dal soggetto e dal tipo di cure mediche adottate.
- **Come si cura:** essendo la psicosi post parto una patologia grave spesso è indispensabile il ricovero.



Trattamento

- Farmacologico

- Psicologico:

 - **Psicoterapia:**

 - cognitivo-comportamentale,
psicodinamica

 - **Sostegno:** counselling, auto-aiuto,
home visiting.

Trattamento

Psicodinamico:

- Attenzione ai processi psichici connessi alla riorganizzazione della personalità dovuta ad un evento di vita come la nascita di un bambino;
- Attenzione alle rappresentazioni materne del bambino e della relazione madre-bambino;
- Attenzione all'elaborazione della fase del ciclo di vita connessa alla transizione alla genitorialità (perdita e acquisizione).

Trattamento

Cognitivo-comportamentale:

- Tecniche comportamentali volte ad aumentare le attività piacevoli, a sviluppare abilità sociali (comunicazione assertiva, capacità di richiedere aiuto), tecniche di rilassamento (tecnica del respiro lento e rilassamento muscolare progressivo di Jacobson).
- Tecniche cognitive mirate a correggere gli errori di pensiero commessi dalle mamme, ad individuare e modificare le convinzioni errate legate alla maternità (i “falsi miti”) e le convinzioni limitanti connesse ad una bassa autostima.

Alcuni casi:

- Lorena: la paura di non essere in grado di diventare mamma
- Maria: il suo passato di figlia
- Silvia: il desiderio scomparso.

A chi rivolgersi in Lombardia

- ◉ Centro Psiche Donna c/o Ospedale Macedonio Melloni
(Dott. Roberta Anniverno)
tel. 02 6363331.
- ◉ Ospedale S. Paolo (Dott. C. Gala)
tel. 02 81841
- ◉ Ospedale Niguarda, Centro di Prevenzione e trattamento della
Depressione Post Partum (Dott. M. Bassi)
tel. 02 64445031
- ◉ Ospedale San Carlo (Dott. G. Biffi e Dott. G. De Isabella)
tel. 02 4022.2724



**Azienda Ospedaliera
"Guido Salvini"
Garbagnate Milanese**

Sistema Sanitario



**Regione
Lombardia**

vbrenna@aogarbagnate.lombardia.it afioentini@aogarbagnate.lombardia.it
fferrato@aogarbagnate.lombardia.it



The image features a square background divided diagonally from the top-left corner to the bottom-right corner. The upper-left triangle is a light gray, and the lower-right triangle is a dark gray. The word "Grazie!" is written in a bold, pink, sans-serif font, centered horizontally and slightly above the vertical midpoint. A thin horizontal line is visible across the middle of the image, passing through the text.

Grazie !