

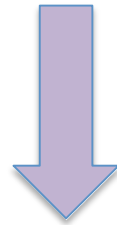
# Tutto mi parla di te



Il lato oscuro della  
maternità: la depressione  
post partum

*..... Desideravo questo bambino con tutta me stessa ... È nata ma poi è arrivato il vero travaglio... non era la vita che immaginavo.....*

*..... dovrei essere la donna più felice del mondo ma non lo sono....*



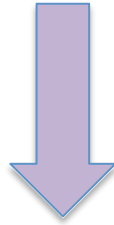
Crollo dell' aspettativa  
Disillusione

*..... Mi sentivo incapace....*  
*.... mi sentivo inadeguata....*  
*..... Mi sento uno schifo, terrò il mio male*  
*dentro...*



**Autosvalutazione**

*...Mi sento sola....*  
*...mi sento abbandonata....*



**Isolamento**

*... Non ho più tempo per lavarmi....*

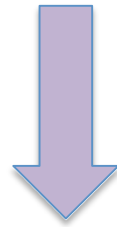
*.. Mangiare...*

*... dormire...*



**Sentirsi derubata, deprivata**

*...Non mi merito questo figlio ...*



Indegnità  
Senso di colpa

*...Tu sei stanca e il bambino piange piange ...*



Astenia, Impossibilità a reagire



*... lo vivo come un  
estraneo... quando piangeva  
avevo l'impressione che  
chiedesse aiuto ma non ero capace di  
aiutarlo....*

*...quando mi guardava mi sentivo persa e in  
colpa....*

*...Mi soffocava la sua presenza, era  
totalizzante....*



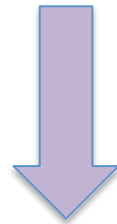
**Difficoltà a stabilire la sintonia affettiva con il bambino**

*Provavo contemporaneamente un istinto di  
cura ed un rifiuto*



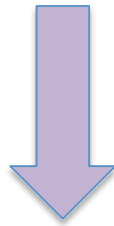
**Ambivalenza: sentimenti contrastanti**

*...Sono una madre snaturata...  
...sono una madre mostruosa...  
... le altre mamme mi guardavano come una  
pazza...*



Sentirsi diversa, "fuori dal coro", non riconoscersi

*... Non è facile raccontare certi pensieri, il male delle mamme è un tabù di cui si ha vergogna ....*

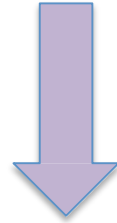


**Vergogna -colpa**

*...L'ansia mi assale quando sono sola con  
lui....*

*...a volte immagino le cose più terribili e mi  
spavento a morte ...*

*...quello che può emergere è spaventoso ...*



Angoscia, rabbia verso il sé o verso il bambino

*Urlavo .... Pensavo: faccio tutto quello che  
posso per te,  
mi do a te, non vivo più, tu mi risucchi, mi  
vampirizzi,  
mi togli tutto, non riesco più a mangiare a  
bere ad andare in bagno a lavarmi ...  
... sta zitto ...  
... ho guardato la finestra e mi sono vista  
come in un flash.... sono crollata..*



**Vicino al crollo**

*... Il mio corpo ha ceduto...*

*... la mia testa ha ceduto.....*



**Vicino al crollo**

# BABY -BLUES

**Esordio e durata:** dal 3° -4° giorno a due settimane (*Harris & Lazarus, 2004*).

**Frequenza:** 50 – 80% primipare e il 40 – 50% pluripare (*Fossey et al., 1997*).

## **Sintomatologia:**

- pianto;
- labilità dell'umore;
- umore depresso ed ansioso;
- Disforia.



# Episodio depressivo maggiore con esordio nel peripartum partum (DSM V)

**Esordio:** IV settimana post partum

**Frequenza:** 10 – 15 % delle puerpere (*Breese McCoi, 2011*). Nelle gravidanze adolescenziali dal 3.5 al 30% (*Gale & Harlow, 2003*).

**Sintomatologia:**

- alterazione dell'umore (disforia, anedonia, irritabilità);
- Perdita o aumento di peso
- Insonnia o ipersonnia
- Agitazione o rallentamento psicomotorio
- Incapacità di concentrazione
- Senso di colpa
- Pensieri suicidari

**Ricorrenza:** pari al 30-50% (*Hall, 2005*).

# PSICOSI POST -PARTUM

**Esordio:** acuto e rapido, prima settimana post partum (*Rohde & Marneros, 1993*).

**Frequenza:** 0,1-0,2% delle nascite (*Milgrom et al., 2003*).

**Sintomatologia:**

- agitazione confusione;
- Irritabilità;
- insonnia deliri (il bambino è malato o ha poteri speciali);
- allucinazioni (voce che ordina di uccidere);
- umore totalmente depresso o totalmente euforico;
- comportamenti disorganizzato.

**Ricorrenza** 30-50% (*Pfuhlmann et al., 2002*).

**Trattamento:** terapia farmacologica e psicoterapia (*Currid, 2004*).

**Rischio suicidio e/o di infanticidio** (*Kaye, 2005*).

# Edinburgh Postnatal Depression Scale (Cox et., al 1987)

- 1) Negli ultimi 7 giorni sono stato capace di sorridere e vedere il lato divertente delle cose:
  - Come sempre = 0 punti
  - Un po' meno del solito = 1
  - Decisamente meno del solito = 2
  - Per niente = 3
- 2) Negli ultimi 7 giorni guardavo alle cose imminenti con gioia:
  - Come sempre = 0 punti
  - Un po' meno del solito = 1
  - Decisamente meno del solito = 2
  - Per niente = 3
- 3) Negli ultimi 7 giorni mi rimproveravo senza motivo quando le cose andavano male:
  - Sì, per la maggior parte delle volte = 3 punti
  - Sì, alcune volte = 2
  - No, non molto spesso = 1
  - No, mai = 0
- 4) Negli ultimi 7 giorni sono stata ansiosa e preoccupata senza una ragione:
  - No, per niente = 0 punti
  - Molto raramente = 1
  - Sì, qualche volta = 2
  - Sì, molto spesso = 3
- 5) Negli ultimi 7 giorni mi sono sentita spaventata o terrorizzata senza una vera ragione:
  - Sì, abbastanza = 3 punti
  - Sì, alcune volte = 2
  - No, non molto spesso = 1
  - No, mai = 0
- 6) Negli ultimi 7 giorni le cose mi sovrastano:
  - Sì, per la maggior parte del tempo non riesco a cavarmela affatto = 3 punti
  - Sì, a volte non riesco a cavarmela come al solito = 2
  - No, la maggior parte delle volte me la cavo abbastanza bene = 1
  - No, me la sono cavata come sempre = 0
- 7) Negli ultimi 7 giorni sono stata così infelice che da non riuscire a dormire:
  - Sì, per la maggior parte del tempo = 3 punti
  - Sì, alcune volte = 2
  - No, non per molto = 1
  - No, mai = 0
- 8) Negli ultimi 7 giorni mi sono sentita triste e abbattuta:
  - Sì, per la maggior parte del tempo = 3 punti
  - Sì, abbastanza spesso = 2
  - No, non molto spesso = 1
  - No, mai = 0
- 9) Negli ultimi 7 giorni mi sono sentita così triste da mettermi a piangere:
  - Sì, per la maggior parte del tempo = 3 punti
  - Sì, abbastanza spesso = 2
  - Soltanto occasionalmente = 1
  - No, mai = 0
- 10) Negli ultimi 7 giorni il pensiero di farmi del male mi è venuto in mente:
  - Sì, abbastanza spesso = 3 punti
  - Qualche volta = 2
  - Quasi mai = 1
  - Mai = 0

totale è superiore a 12 ALLERTA

# Effetti della DPP

- Le madri depresse mostrano **minore calore emotivo** nel rapporto con il figlio, sono **meno sensibili alle sue manifestazioni di disagio** e meno capaci di discriminare le frequenze fondamentali di differenti tipi di pianto; sono **meno coinvolte con il figlio**, lo toccano di meno e si impegnano di meno in attività condivise (Cohn et al., 1989; Tronick, 2005);

# Effetti della DPP

- **Gli stili di attaccamento dei bambini di madri depresse hanno mostrato un **alaccamento insicuro** (Gelfand & Teti, 1990; Radke-Yarrow, Cummings, Kuczynski, & Chapman, 1985). Inoltre, il comportamento di attaccamento disorganizzato nei bambini è correlato sia alla gravità, sia alla cronicità della depressione materna (Bakermans-Kranenburg & van IJzendoorn, 2009; Campbell & Conn, 1997; Gelfand et al., 1990).**

# Effetti della DPP

- **Nell'interazione faccia a faccia presentano perlopiù stili interattivi distaccati o intrusivi, che hanno entrambi effetti negativi, sia pure differenti, sui bambini e provocano in loro, a seconda dei casi, una riduzione dell'attività o risposte disforiche di rabbia o di isolamento sociale (Cohn & Campbell, 1992; Cohn & Tronick, 1987; Field, 1998).**

# Fattori di rischio (Mirabella et al., 2014)

- Storia pregressa di depressione (prima e/o durante la gravidanza)
- Aver sofferto di maternity blues
- Storia familiare di disturbi mentali;
- Problemi relazionali con il partner o i genitori;
- Scarso sostegno sociale;
- Difficoltà economiche
- Gravidanza indesiderata/giovane età della madre;
- Coping disadattivi
- Violenza subita.
- Lutti recenti;
- Eventi stressanti di vita (e.s cambiamenti di partner);