
UN SORRISO PER LE MAMME

www.depressionepostpartum.it

Trova i centri più vicini a te specializzati in depressione
in gravidanza e post-partum

Facebook:

[/unsorrisoperlemamme](https://www.facebook.com/unsorrisoperlemamme)

Un progetto di:

Fondazione Onda
Osservatorio nazionale sulla
salute della donna e di genere



Fondazione
onda

Osservatorio nazionale sulla salute
della donna e di genere

www.ondaosservatorio.it





Il periodo della **gravidanza** e il **post-partum** sono **momenti in cui la donna è molto vulnerabile** e può essere più soggetta a problemi di depressione.

Per molti anni i medici hanno creduto che l'aumento degli ormoni in gravidanza proteggesse le donne dalla depressione ed è opinione comune pensare che ogni donna in gravidanza sia felice. Per tale ragione in questi momenti così delicati della vita della donna stati depressivi transitori o permanenti non vengono riconosciuti, diagnosticati e quindi trattati adeguatamente.

Nei giorni immediatamente successivi al parto, si manifestano sintomi leggeri di depressione, in una forma denominata "**baby blues**", con riferimento allo stato di malinconia che caratterizza il fenomeno. Si tratta di una **reazione piuttosto comune** i cui sintomi includono crisi di pianto senza motivi apparenti,

irritabilità, inquietudine e ansietà che tendono generalmente a scomparire nel giro di una settimana/dieci giorni.

Il "baby blues" non è da confondere però con i ben più **gravi e duraturi i sintomi della depressione post-partum** che possono perdurare anche per un **intero anno**.

Una donna che soffre di depressione post-partum ha bisogno di ritrovare la fiducia nelle proprie capacità di madre, a volte di ricostruire la relazione con il proprio bambino, di essere accolta, ascoltata, sostenuta e liberata dai sensi di colpa e di vergogna che minano profondamente la sua autostima e l'immagine di sé come donna e come madre.

La sintomatologia della depressione post-partum si può manifestare in forma lieve e scomparire nel giro di pochi giorni, ma se dovesse perdurare **richiedi l'intervento di uno specialista**.

HAI BISOGNO DI AIUTO?
TROVA IL CENTRO DI SUPPORTO PIU' VICINO A TE
WWW.DEPRESSIONEPOSTPARTUM.IT
