Prevenzione della depressione post parto: le indicazioni di uno studio danese

Prof.ssa Alessandra Graziottin
Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica
H. San Raffaele Resnati, Milano

Maimburg RD, Væth M.
Postpartum depression among first-time mothers - results from a parallel randomised trial
Sex Reprod Healthc. 2015 Jun; 6 (2): 95-100. doi: 10.1016/j.srhc.2015.01.003. Epub 2015 Jan 15

Confrontare l'incidenza della depressione puerperale in due gruppi di donne nullipare: il primo, sottoposto a un breve programma strutturato di preparazione al parto; il secondo, sottoposto a un'assistenza standard. E individuare i fattori ostetrici che predispongono a questo particolare tipo di depressione. E' questo l'ambizioso obiettivo della ricerca di R.D. Maimburg e M. Væth, rispettivamente del Dipartimento di Ostetricia e Ginecologia e del Dipartimento di Biostatistica dell'Università di Aarhus, Danimarca.

Il trial, randomizzato e controllato, ha coinvolto **1193 donne** danesi alla loro prima gravidanza:

- **603** hanno partecipato al "Ready for Child Program";
- **590** hanno ricevuto un'assistenza standard.

I risultati **a sei settimane dopo il parto** sono di estremo interesse. Infatti:

- **non si sono riscontrate differenze significative**, in termini di vulnerabilità alla depressione post parto, fra il gruppo sottoposto al programma di supporto e il gruppo di controllo;
- **sono emersi diversi fattori di rischio** per la depressione puerperale: parto pretermine, taglio cesareo non programmato, basso Apgar, insufficiente trattamento del dolore durante il travaglio, insufficiente assistenza da parte dell'ostetrica, dimissioni dall'ospedale non preparate adeguatamente, assenza o ridotto ricorso all'allattamento al seno nel primissimo periodo dopo la nascita, inadeguate conoscenze sull'allattamento naturale, condizioni mentali insoddisfacenti, scarso attaccamento al neonato.

Questi risultati forniscono **due importanti indicazioni:**

- un **programma breve e generico** di preparazione al parto può non essere sufficiente a prevenire la depressione puerperale;
- per contro, esistono **numerosi fattori predittivi** che possono consentire, durante il parto e nelle prime fasi del puerperio, di identificare la donne a rischio di depressione.

Ne consegue come la prevenzione della depressione post parto esiga **un approccio personalizzato alla singola partoriente e un'adeguata preparazione del personale medico e ostetrico**. Solo identificando e gestendo i singoli fattori di rischio si può infatti minimizzare la probabilità che la donna vada incontro a una forte depressione, con tutte le conseguenze che questa comporta per la madre e il neonato.