Depressione post parto: i benefici della supplementazione precoce di ferro

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

Sheikh M, Hantoushzadeh S, Shariat M, Farahani Z, Ebrahiminasab O.
The efficacy of early iron supplementation on postpartum depression, a randomized double-blind placebo-controlled trial
Eur J Nutr. 2017 Mar; 56 (2): 901-908. doi: 10.1007/s00394-015-1140-6. Epub 2015 Dec 29

Valutare gli effetti della supplementazione di ferro sulla depressione post parto in donne non anemiche: è questo l'obiettivo dello trial randomizzato in doppio cieco contro placebo condotto da M. Sheikh e collaboratori, del Maternal, Fetal and Neonatal Research Center presso la Tehran University of Medical Sciences, Iran.

La ricerca ha coinvolto **70 donne non anemiche colpite da depressione puerperale**. Il trattamento (50 mg di ferro elementare al giorno) è iniziato **una settimana dopo il parto**. Dopo **sei settimane**, si è confrontato l'andamento della depressione nei due gruppi, ferro contro placebo.

Questi, in sintesi, i positivi risultati:

- la **ferritina** è aumentata significativamente nel gruppo trattato con il ferro ($p < 0.001$), ma non nel gruppo placebo ($p = 0.09$); il livello mediano è più elevato nel gruppo trattato (78.2 vs 37 mg/dl, $p = 0.01$);
- il tasso di **sideropenia** è significativamente diminuito nel gruppo trattato ($p = 0.009$), ma non nel gruppo placebo ($p = 0.4$); la prevalenza è più elevata nel gruppo placebo (31.4% vs 8.5%, $p = 0.01$);
- il punteggio ottenuto sulla **Edinburgh Postnatal Depression Scale** (EPDS) è significativamente diminuito nel gruppo trattato ($p < 0.001$), ma non nel gruppo placebo ($p = 0.13$); il punteggio mediano è più basso nel gruppo trattato (9 vs 12, $p = 0.01$);
- il tasso di miglioramento della **depressione post parto** è significativamente più elevato nel gruppo trattato (42.8% vs 20%, $p = 0.03$);
- al termine delle sei settimane di sperimentazione, la donne i cui sintomi depressivi non erano migliorati avevano una **ferritina** più bassa (41.8 vs 67 mg/dl, $p = 0.03$) e una prevalenza più elevata di **sideropenia** (27.1% vs. 4.5%, $p = 0.02$) rispetto alle donne che si sentivano meglio.

In conclusione, una **supplementazione controllata** di ferro produce un effetto significativamente positivo sulla depressione post parto anche nelle donne che, di per sé, non soffrono di una vera e propria anemia conclamata (42.8% in sei settimane): un'indicazione molto importante per il ginecologo e il medico pratico.

Â© 2017 - Fondazione Alessandra Graziottin - www.fondazionegraziottin.org