Depressione durante e dopo la gravidanza: ruolo del sovrappeso

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

Kumpulainen SM, Girchenko P, Lahti-Pulkkinen M, Reynolds RM, Tuovinen S, Pesonen AK, Heinonen K, Kajantie E, Villa PM, Hämäläinen E, Laivuori H, Räikkönen K.
Maternal early pregnancy obesity and depressive symptoms during and after pregnancy
Psychol Med. 2018 Jan 17: 1-11. doi: 10.1017/S0033291717003889. [Epub ahead of print]

Valutare se esista una correlazione fra obesità e depressione durante e dopo la gravidanza: è questo l'obiettivo dello studio coordinato da S.M. Kumpulainen e condotto congiuntamente dall'Università di Helsinky, Finlandia, e dall'Università di Edimburgo, Regno Unito.
La ricerca è stata condotta su **3234 donne** in stato di gravidanza, suddivise in quattro categorie:
- sottopeso (indice di massa corporea [BMI] <18.5);
- normopeso (BMI = 18.5-24.99);
- sovrappeso (BMI = 25-29.99);
- obese (BMI ⩾30).

L'**indice di massa corporea** (BMI, Body Mass Index) è dato dal rapporto fra il peso e il quadrato dell'altezza.
Le partecipanti hanno compilato la **Center for Epidemiological Studies Depression Scale** ogni due settimane durante la gestazione, e mediamente a 2.4 e 28.2 settimane dopo il parto.
Questi, in sintesi, i risultati:
- in confronto alle normopeso, le **donne sovrappeso e obese** riportano più elevati livelli di sintomi depressivi e hanno una più elevata probabilità di sviluppare una depressione clinicamente significativa sia durante (23% e 43%, rispettivamente) che dopo la gestazione (22% e 36%, rispettivamente);
- anche le **donne sottopeso** hanno un maggior rischio di soffrire di depressione grave in gravidanza (68%);
- il sovrappeso e l'obesità sono predittivi di depressione maggiore **anche nelle donne asintomatiche** durante le gestazione;
- l'ipertensione e il diabete non risultano associati a queste correlazioni.

Gli autori concludono il lavoro osservando come **un corretto stile di vita** debba far parte della strategia di prevenzione della depressione in gravidanza e post parto, sia per le donne obese e sovrappeso, sia per le donne sottopeso.
Va peraltro considerato che nei due casi **le cause del disturbo possono essere differenti**. Nelle **donne sottopeso**, un fattore di rischio può essere costituito dalla cattiva alimentazione, dalla mancanza di energia vitale e dalla povertà, mentre nelle **donne sovrappeso e obese** un ruolo chiave può essere giocato dall'infiammazione e dalla neuroinfiammazione originate dal tessuto adiposo e che, a loro volta, predispongono alla depressione.