AZIENDA OSPEDALIERA DI COSENZA AZIENDA SANITARIA PROVINCIALE COSENZA

Dipartimento interaziendale materno infantile salute della donna e del bambino

genitoriadesso

Dopo la nascita
tanta gioia e qualche disagio per mamma e papà

DURANTE L'ULTIMO MESE

- ti sei sentita spesso giù di morale o senza speranza?
- hai provato spesso poco interesse nel fare le cose che sei solita fare?
- senti la necessità di essere aiutata?

Il 70% delle madri, nei giorni successivi al parto, sperimenta tristezza, irritabilità e inquietudine. Una reazione emotiva, il **BABY BLUES** (*'blues'=malinconia*), dovuta al drastico cambiamento ormonale e allo stress psicofisico del travaglio, che raggiunge il picco 3-4 giorni dopo il parto e svanisce generalmente entro 10-15 giorni.

Dall'8 al 12% delle neo mamme vive un'esperienza emotiva più intensa e duratura che colpisce, con diversi livelli di gravità, entro tre mesi dalla nascita del figlio denominata **DEPRESSIONE POST PARTUM** Pianto, irritabilità, disturbi del sonno, stanchezza fisica, pensieri ossessivi, sensi di colpa.

Avvertire il bambino come un peso, anaffettività nei suoi confronti, senso di inadeguatezza alla cura, paura di prendersene cura. Bassa autostima come madre e partner. Non riuscire a svolgere gli impegni del quotidiano

Come intervenire

- ✔ percorsi di preparazione alla nascita
- ✔ sostegno psicologico individuale, di coppia e familiare

Punti nascita e consultori familiari

Visita il sito www.genitoriadesso.it

e compila il questionario sulla depressione post partum, oppure accedi direttamente inquadrando il codice sottostante

Per info: rivolgersi al personale dedicato dei punti nascita e dei consultori familiari Regione Calabria

Misure afferenti alla prevenzione, alla diagnosi, cura e assistenza della sindrome depressiva post partum