



Azienda Ospedaliera Fatebenefratelli e Oftalmico - Milano

Sistema Sanitario  Regione
Lombardia

PRESENTAZIONE DEI RISULTATI DELL'INDAGINE CONOSCITIVA 'LA DEPRESSIONE POST PARTUM IN LOMBARDIA'

Progetto di ricerca indipendente in ambito materno-infantile, proposto dall'Azienda Ospedaliera Fatebenefratelli e Oftalmico e approvato con DDG Sanità n. 9269 del 18 ottobre 2012

Modello organizzativo in ambito clinico, assistenziale e riabilitativo:

*percorso mamma-neonato in pazienti con
depressione in gravidanza e nel post parto*

A cura di Elma Research

O.N.Da

Osservatorio Nazionale
sulla salute della Donna



PER LA MENTE, CON IL CUORE.

Metodologia e campione di ricerca

✓ Metodologia:

questionario somministrato con metodologia WEB.

Le interviste si sono svolte nel mese di dicembre 2013.

✓ Campione:

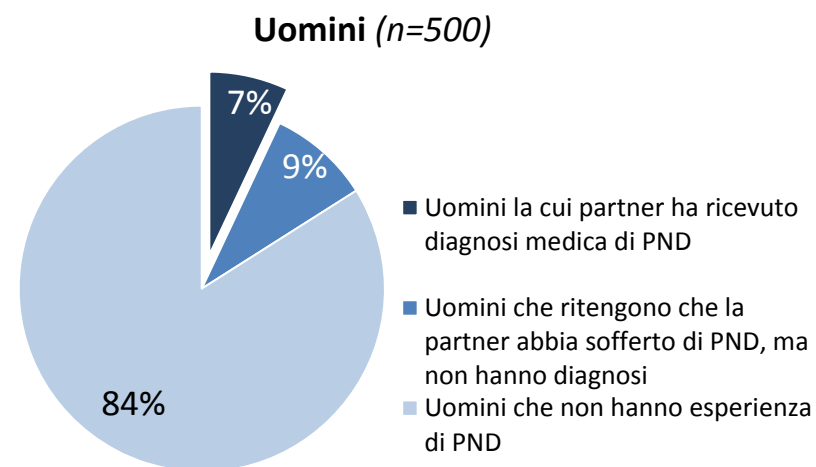
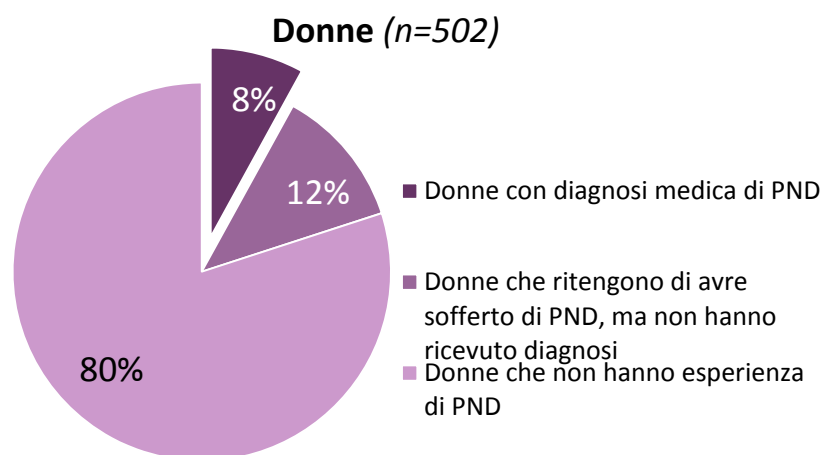
502 donne e 500 uomini Lombardi di età compresa fra i 25 e i 55 anni, distribuiti nelle diverse fasce di età. Gli intervistati hanno un'età media di **41 anni**, hanno prevalentemente un **titolo di studio superiore**. Sono **donne lavoratrici o lavoratori** (principalmente come dipendenti). Sono prevalentemente **sposati o convivono** e in poco più della metà dei casi hanno **figli**.

Key learnings

IL CAMPIONE

In un campione così esteso abbiamo incontrato donne e uomini con un diverso livello di esperienza legata alla depressione post partum:

- donne e uomini **senza alcuna esperienza** diretta;
- donne e uomini **che ritengono di averne sofferto** o che la propria partner ne abbia sofferto, ma che non hanno mai ricevuto la diagnosi;
- donne e uomini **che hanno ricevuto una diagnosi** effettiva di depressione post partum da parte di un medico.



Key learnings

TRASVERSALMENTE AL CAMPIONE

La percezione della depressione post partum

Cos'è

La depressione post partum è percepita trasversalmente al campione come un disturbo **grave**, che **può capitare** alla donna in seguito al parto.

Le cause

La depressione post partum è considerata un disturbo ad **origine multifattoriale**, con diverse cause legate fra loro alla base della sua origine.

I principali fattori riconosciuti sono il **cambiamento di vita e le nuove responsabilità** della neo-mamma, gli **squilibri ormonali**, la **fragilità e debolezza** emotiva, lo **stress del parto** e il **sovraccarico di impegni**.

I rimedi

I principali rimedi che secondo gli intervistati hanno un ruolo determinante per far fronte alla depressione post partum sono la **vicinanza e il supporto da parte dei familiari e del partner**, sia dal punto di vista **pratico** per far fronte alle attività quotidiane, sia da un punto di vista **emotivo** fornendo ascolto e sostegno psicologico.

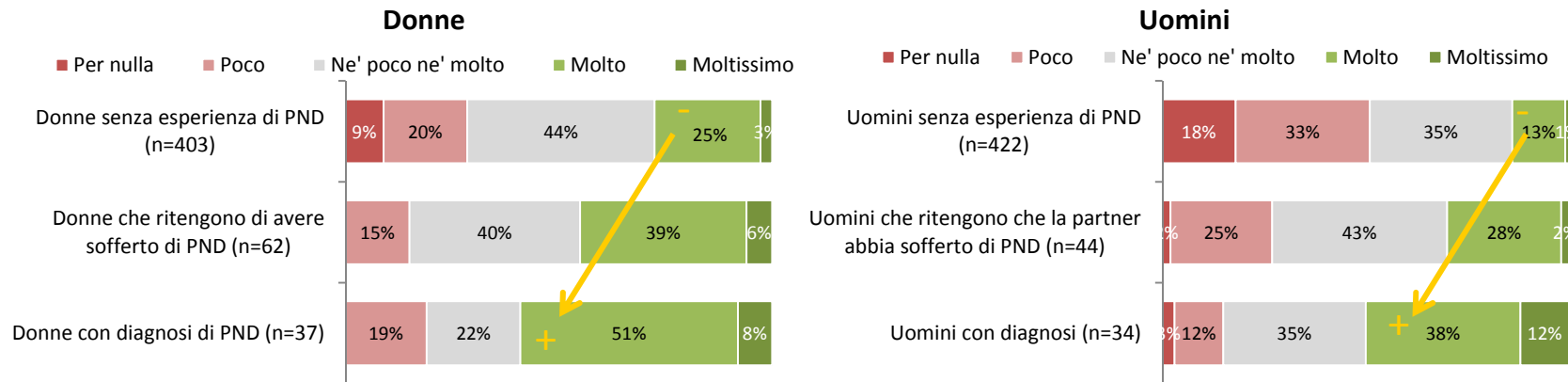
Key learnings

TRASVERSALMENTE AL CAMPIONE

L'informazione sulla depressione post partum

La depressione post partum è un tema su cui i lombardi si sentono complessivamente poco informati
→ chi non ha esperienza diretta di tale disturbo riferisce di avere un **livello di informazione medio-basso**.

Il livello d'informazione percepito cresce di pari passo con l'esperienza vissuta, raggiungendo i livelli più elevati fra le donne e gli uomini che hanno ricevuto/la cui partner ha ricevuto la diagnosi.



I canali informativi che giocano un ruolo maggiore sono l'esperienza diretta o indiretta e il "sentito dire", insieme ai mass media (in primis internet e stampa). Al crescere dell'esperienza con la depressione post partum aumenta il peso delle figure mediche, primi fra tutti il medico di medicina generale e il ginecologo.

Key learnings

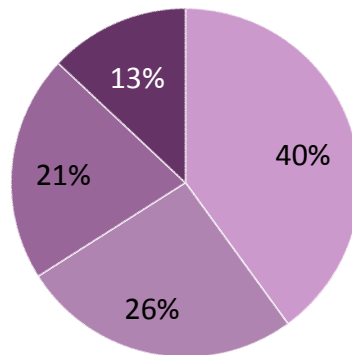
TRASVERSALMENTE AL CAMPIONE

Focus sui genitori: la casistica

La depressione post partum ha un ruolo importante presso gli intervistati con figli:

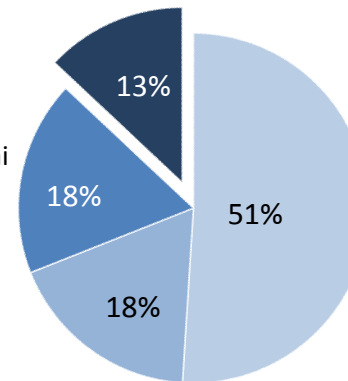
- Circa **1 genitore su 3 ritiene di averne sofferto o che la propria partner ne abbia sofferto** – con o senza diagnosi (la percentuale di chi ne ha ricevuto diagnosi scende al 13% dei genitori, in ambo i sessi).
- Molti genitori **hanno sospettato** per un periodo di soffrirne/che la partner ne soffrisse (26% delle mamme e al 18% dei papà).

Focus su genitori



Donne

- Non l'hanno sofferta e non l'hanno mai sospettata
- L'hanno sospettata, ma si sono ricredute
- Ritengono di averne sofferto, ma non hanno ricevuto la diagnosi
- Hanno avuto la diagnosi



Uomini

- La partner non ne ha mai sofferto e non l'ha mai sospettata
- Hanno sospettato che la partner ne soffrisse
- Ritengono che la partner ne abbia sofferto, ma non ha ricevuto la diagnosi
- La partner ne ha ricevuto diagnosi

I lombardi che hanno esperienza di depressione post partum ne hanno sofferto mediamente all'età di **31 anni**, prevalentemente in occasione del **primo figlio**.

Key learnings

LE DONNE



Donne senza alcuna esperienza di depressione post partum (n=403)	Donne che ritengono di avere sofferto di depressione post partum (n=62)	Donne che hanno ricevuto diagnosi di depressione post partum (n=37)
<ul style="list-style-type: none"> • Sono le meno informate: il 44% di loro ritiene di avere un'informazione solo mediocre e, le restanti, si distribuiscono equamente fra chi si sente molto disinformata o molto informata. • Ricostruiscono un quadro sintomatologico molto articolato, fra cui spiccano il senso di inadeguatezza e scarsa fiducia in se stessa (69%) i pensieri negativi verso il bambino (56%), la perdita di interesse e piacere per le attività (51%), ecc.. • Nella prefigurazione del disturbo si mostrano proattive: <ul style="list-style-type: none"> ✓ il 93% di loro ritiene che, se un giorno ne soffre, si rivolgerebbe a una figura medica, primo fra tutti il medico di medicina generale (47%), ma anche specialisti, quali lo psicologo (41%) e il ginecologo (34%). ✓ pensando ai rimedi appaiono più propense ad un approccio terapeutico, come quello psicologico o psichiatrico (54%). ✓ Fra tutte, sono le donne che associano vissuti più negativi, paure e timori alla depressione post partum: ad esempio il 58% di loro crede che sia fonte di sofferenza per non vivere appieno momenti importanti, il 50% afferma che se ne soffre avrebbe paura di fare del male al proprio figlio, il 43% crede che danneggerebbe il rapporto col partner e il 42% che ostacolerebbe l'attività lavorativa. 	<ul style="list-style-type: none"> • Sono moderatamente informate: il 45% di loro si ritiene molto o moltissimo informata. • Fra tutte sono le donne che tendono a "normalizzare" il disturbo e lo vivono come meno grave: <ul style="list-style-type: none"> ✓ rispetto alle altre si fa più forte in loro l'opinione che la depressione post partum sia una normale fase che attraversano tutte le donne dopo il parto (34% vs 16% donne senza esperienza e 22% donne con diagnosi); ✓ Dichiarano di avere sofferto di depressione post partum (o più probabilmente di una condizione che confondono con questa patologia) in occasione del primo figlio (74% vs 57% donne con diagnosi), principalmente a causa del sovraccarico di impegni (58%); ✓ Riferiscono che il disturbo si sia manifestato essenzialmente con stanchezza (63%) e nervosismo (55%); ✓ di fronte al problema l'84% di loro non ne ha parlato con nessuna figura medico-sanitaria e il 44% afferma di non avere messo in atto alcun comportamento di cura particolare, aspettando che il problema si risolvesse da sé. • Sono le donne che hanno sviluppato meno preoccupazioni e vissuti negativi rispetto alla depressione post partum. 	<ul style="list-style-type: none"> • Sono le più informate: il 59% di loro si ritiene molto informata. • Di fronte al sospetto di depressione post partum si sono rivolte al medico, principalmente il medico di medicina generale (43%), meno allo psicologo (22%) o al ginecologo (19%). • Più delle altre riconducono il disturbo agli squilibri ormonali (73%) e riferiscono una sintomatologia più specifica, connotata in modo molto forte dalla tristezza e tendenza al pianto (65%). Citano inoltre più spesso delle altre sintomi accessori quali ad esempio i disturbi del sonno. Al contrario sono le donne che meno riferiscono di avere avuto pensieri negativi verso il proprio figlio. • Per quanto riguarda i rimedi messi in atto per uscire dalla depressione post partum, oltre al condiviso supporto dei cari, hanno affrontato una terapia psicologica (24%) e farmacologica (24%). • Riguardando a posteriori la depressione post partum si mostrano forti: non ne parlano con eccessiva preoccupazione e si mostrano positive per ciò che riguarda gli insegnamenti tratti da questa esperienza: ad esempio il 73% in seguito alla depressione post partum si sente una donna più forte; il 65% afferma di avere imparato a vivere intensamente ogni momento con suo figlio e il 60% a vivere meglio il ruolo di mamma, ecc..

Key learnings

LE DONNE



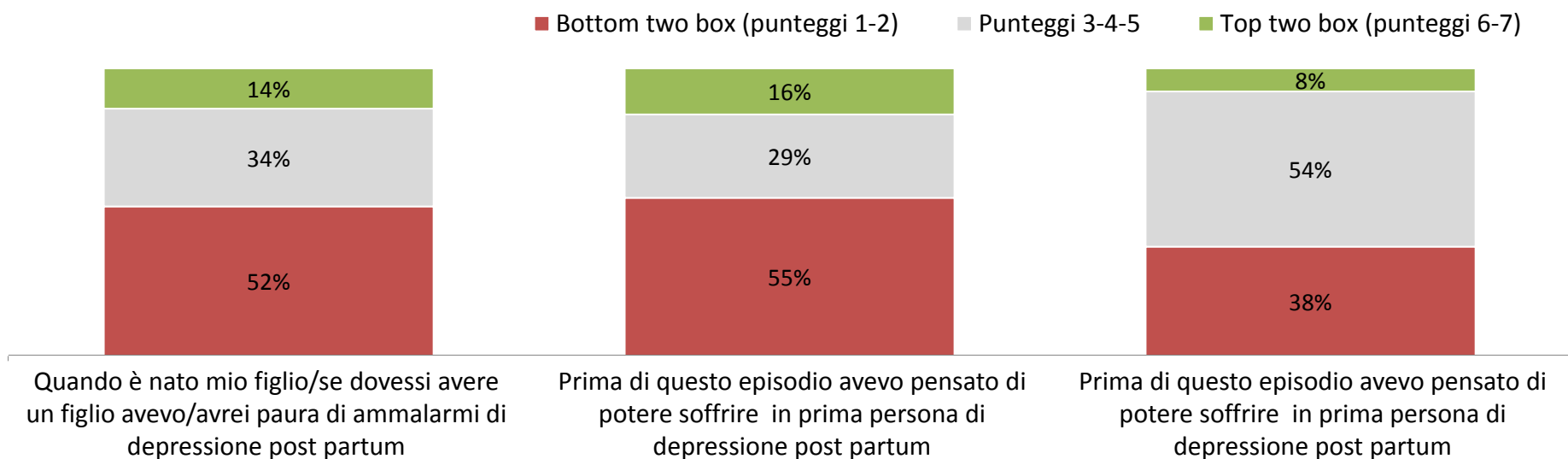
Donne senza alcuna esperienza di depressione post partum (n=403)

Donne che ritengono di avere sofferto di depressione post partum (n=62)

Donne che hanno ricevuto diagnosi di depressione post partum (n=37)

Per quanto le donne siano consapevoli che la depressione post partum sia un disturbo che può colpire tutte le donne, **la percezione personale di esposizione al problema** (cioè la paura di poterne soffrire in prima persona - prefigurata da chi non ne ha sofferto o antecedente all'episodio per chi lo ha vissuto) **si mostra medio-bassa** trasversalmente a tutto il campione femminile: finchè non si scontrano col problema reale le donne fanno fatica a ipotizzare che possa succedere davvero a loro.

Punteggi % su scala: 1 (per niente vero) – 7 (assolutamente vero)



Key learnings

GLI UOMINI



Uomini senza alcuna esperienza di depressione post partum (n=422)	Uomini che ritengono che la partner abbia sofferto di depressione post partum (n=44)	Uomini la cui partner ha ricevuto diagnosi di depressione post partum (n=34)
<ul style="list-style-type: none"> • Sono molto poco informati: il 51% di loro si dichiara poco o per nulla informato su questo tema. • Pensando ai sintomi che farebbero sospettare loro che la partner soffra di depressione post partum, prefigurano più degli altri il senso di inadeguatezza e scarsa fiducia della donna in se stessa (57%), la perdita di interesse e piacere per le attività (49%), i pensieri negativi verso il bambino (43%) • Affermano, più di chi ha avuto esperienza diretta, che si sentirebbero estremamente coinvolti in prima persona nell'affrontare la depressione post partum, ritenendolo quasi un problema "di coppia" (72%) e sono gli uomini che più sentirebbero di avere un ruolo di aiuto attivo e "determinante" nel far fronte al problema. Sono ben propensi a condividere l'esperienza della depressione con la partner: l'85% di loro dichiara che, se la partner mostrasse i sintomi della depressione post partum andrebbero con lei da un medico per parlarne e il 60% afferma che prenderebbe parte al percorso di cura in toto. 	<ul style="list-style-type: none"> • Il 43% di loro ritiene di avere un'informazione solo mediocre e i restanti si polarizzano pressoché equamente fra un livello d'informazione molto scarsa o molto elevata. • Specularmente alle donne, questi uomini sono quelli che tendono più degli altri a semplificare il disturbo e a leggerlo come una normale fase che attraversano tutte le donne dopo il parto, legata al cambiamento di vita (59%) e all'accumulo di tante cose da fare (50%). • Fra i sintomi che hanno fatto sospettare la depressione post partum nella loro partner ricordano soprattutto il suo nervosismo e l'irritabilità (59%). • Si sentono attori principali nella presa di consapevolezza del disturbo della compagna, che ritengono di avere notato per primi. • Nonostante la presa di consapevolezza, di fronte al problema reale, in 3 casi su 4 non si sono rivolti ad alcuna figura medico-sanitaria. • Fra tutti i gruppi di uomini sono quelli che riferiscono un impatto inferiore della depressione post partum sulla loro vita. 	<ul style="list-style-type: none"> • Sono gli uomini più informati: il 50% di loro ritiene di esserlo molto o moltissimo. • Hanno ricevuto diagnosi di depressione post partum da parte di un medico e nell'80% dei casi, si sono rivolti al medico insieme alla partner. • Come le donne che ne hanno sofferto vedono negli squilibri ormonali la principale causa della depressione post partum (53%) e riferiscono una sintomatologia più specifica: ricordano in particolar modo la tristezza della partner (56%) e, più degli altri, riportano sintomi accessori – mancanza di energie o iperattività, disturbi del sonno, della concentrazione o dell'appetito. • La realtà dei fatti ridimensiona il senso di "protagonismo" dell'uomo nella depressione post partum della partner: riferiscono una presa di consapevolezza del problema "a due" e, di fatto, hanno dei vissuti ambivalenti. Si sono sì sentiti d'aiuto alla compagna, ma anche in colpa per non esserle stati abbastanza vicino evitando l'insorgenza del disturbo (29%), hanno avuto paura di non essere in grado di aiutarla (21%), si sono sentiti solli di fronte al problema (21%) e poco considerati (21%). • Si mostrano positivi rispetto agli insegnamenti derivanti da questa esperienza: il 56% di loro afferma che abbia consolidato il rapporto con la partner, il 50% si sente più forte e altrettanti sentono valorizzato il loro valore di padre..

Key learnings

GLI UOMINI



Uomini senza alcuna esperienza di depressione post partum (n=422)

Uomini che ritengono che la partner abbia sofferto di depressione post partum (n=44)

Uomini la cui partner ha ricevuto diagnosi di depressione post partum (n=34)

Ciò che gli uomini farebbero o hanno fatto in prima persona per aiutare la partner è principalmente fornirle **supporto** sia dal punto di vista emotivo, sia da quello pratico, nonché aiutarla a distrarsi e a dedicare del tempo a sé stessa.

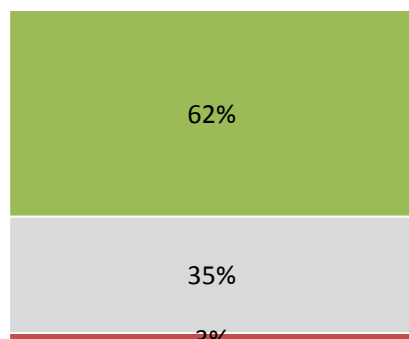
La depressione post partum della partner è un'esperienza importante e difficile anche per l'uomo in prima persona, che si sentirebbe nella prefigurazione del disturbo o si è sentito in caso di problema reale, messo **alla prova nel proprio ruolo di compagno e padre**.

Punteggi % su scala: 1 (per niente vero) – 7 (assolutamente vero)

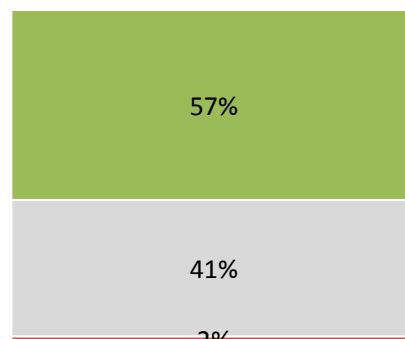
■ Bottom two box (punteggi 1-2)

■ Punteggi 3-4-5

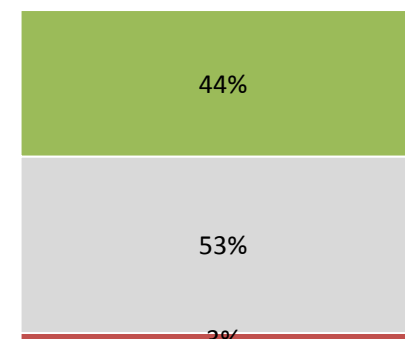
■ Top two box (punteggi 6-7)



Stare vicino alla mia partner in questo periodo mi metterebbe alla prova come compagno e padre



Stare vicino alla mia partner in questo periodo mi ha messo alla prova come compagno e padre



Stare vicino alla mia partner in questo periodo mi ha messo alla prova come compagno e padre

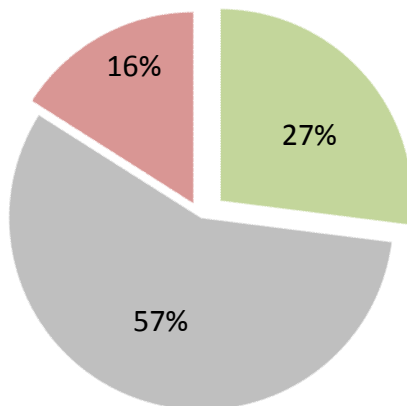
Key learnings

TRASVERSALMENTE AL CAMPIONE

I bisogni

La maggior parte delle donne e degli uomini che non hanno esperienza diretta di depressione post partum ritengono di **non sapere se sarebbero o meno in grado di riconoscerla**.

Donne senza esperienza di depressione post partum

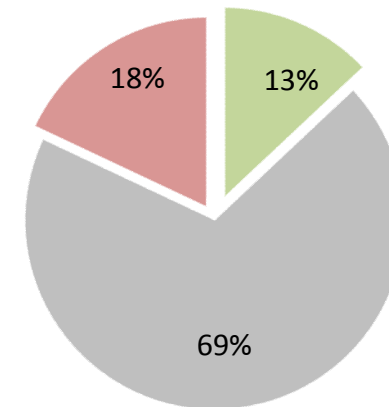


Punteggi % su scala:

1 (per niente vero) – 7 (assolutamente vero)

- Sarei certamente in grado di riconoscere la depressione post partum (top two box)
- Non so se sarei in grado di riconoscere la depressione post partum (punteggi 3-4-5)
- NON sarei assolutamente in grado di riconoscere la depressione post partum (bottom two box)

Uomini senza esperienza di depressione post partum



Si rivela utile, ed è richiesto soprattutto da chi non ha alcuna esperienza di depressione post partum, effettuare **maggiore informazione** sul problema: come riconoscerla, a chi rivolgersi in caso di difficoltà, come affrontarla. Chi ci è passato direttamente, oltre ai bisogni di supporto pratico ed emotivo, riferisce di avere sentito in quel periodo il bisogno di **iniziative concrete** da parte delle istituzioni. Gli uomini in particolare avrebbero voluto trovare anche più **aiuto da parte delle strutture sanitarie**, nonché più **supporto anche per sé**.

Saperla riconoscere

Gli aiuti concreti