

# Depressione post partum, facciamo chiarezza

Nella psicoterapia di numerose madri è stato rilevato che i sensi di colpa sono spesso favoriti anche da false conoscenze medico scientifiche basate sulla convinzione che il feto possa interagire con la realtà psichica della madre e ne possa riconoscere la voce

di Adriana Bembina

**I** drammatici fatti di cronaca avvenuti negli ultimi mesi come l'uccisione a Catania di un neonato gettato a terra dalla madre o il recente suicidio a Roma di una donna che si è buttata nel Tevere probabilmente con le sue due gemelline di pochi mesi, destano sorpresa e angoscia nell'opinione pubblica perciò riproponiamo e sviluppiamo una ricerca da sempre presente in questo settimanale (es. *Left* del 25 maggio 2018).

Tutti concordano nell'attribuire questi terribili gesti a una patologia psichiatrica chiamata depressione post partum (Dpp). Le ricerche epidemiologiche stimano che la Dpp sia presente con diversi livelli di gravità nel 10-15% delle neomamme durante la gravidanza e fino a tutto il primo anno di vita del bambino per cui molti autori preferiscono il termine depressione perinatale.

Nelle forme lievi si manifesta come spossatezza, senso di valere poco, perdita di interessi, vergogna e senso di colpa eccessivo, disturbi del sonno e alimentari ma nelle forme più gravi sono presenti anche pensieri ricorrenti di paura di potere fare male al bambino, pensieri di morte e di suicidio.

Molte donne riferiscono di avere a volte nutrito in gravidanza dei forti dubbi sulla loro scelta di avere un bambino e temono che questi sentimenti negativi possano aver causato in qualche modo un danno al figlio. Nella psicoterapia di numerose madri abbiamo potuto rilevare che i sensi di colpa sono spesso favoriti anche da false conoscenze medico scientifiche. A partire da Daniel N. Stern, è frequente la convinzione che il feto possa interagire con la realtà psichica della madre, ne possa riconoscere la voce e sia in grado di distinguerla da quella di un'altra donna una volta

nato. Una convinzione smentita definitivamente da Maria Gabriella Gatti, Massimo Fagioli e altri in un articolo del 2012 su *The Journal of Maternal-Fetal & Neonatal Medicine*. In realtà, infatti, le possibili variazioni dell'umore anche francamente depressive, non possono danneggiare in nessun modo il feto a meno di certe infezioni o altre situazioni che possano compromettere la salute fisica della gestante. La ormai ben nota Teoria della nascita dello psichiatra Fagioli, confermata da studi di neurofisiologia quali la reazione alla luce e le modificazione dei neurotrasmettitori quando la luce colpisce la retina al momento della nascita, ha escluso per sempre ogni rapporto psichico tra la madre e il feto.

Il rapporto comincia alla nascita dopo la piena attivazione del sistema nervoso e l'inizio del pensiero per immagini. È la capacità esclusivamente umana di immaginare la presenza di un altro essere umano, in genere la madre ma anche chi per lei, in grado soddisfare nel neonato i bisogni fisici e le esigenze di rapporto interumano. In un'intervista del 2005 sulla rivista di psichiatria e psicoterapia *Il Sogno della farfalla* Fagioli riafferma l'interazione esclusivamente biologica del feto con il liquido amniotico in cui si sviluppa. Infatti solo alla nascita inizia il rapporto psichico con chi deve prendersi cura del bambino con la stessa intensità affettiva di una madre: potrebbe quindi essere il padre o una madre adottiva qualora la madre biologica non fosse in grado di occuparsene.

Tuttavia in questi ultimi anni si è diffusa la rigida indicazione di evitare a tutti i costi il latte artificiale, in quanto il latte materno viene ritenuto ricco di anticorpi insostituibili.

L'allattamento al seno viene considerato di per sé garanzia di un più valido rapporto psichico tra la madre e il neonato in mancanza del quale si potrebbe



addirittura danneggiare il sano sviluppo del bambino anche negli anni a seguire. Nutriamo forti dubbi che un profondo scambio affettivo possa realizzarsi con la necessaria calma e serenità qualora si dia il caso di latte insufficiente o suzione estremamente dolorosa per la madre con i capezzoli per esempio sanguinanti per le ragadi. Per non parlare poi del vissuto del neonato che il latte insufficiente lascia affamato e angosciato. Non dobbiamo poi trascurare il forte impatto emotivo che la nascita di un figlio ha anche sul padre.

Non esistono sufficienti studi che ne esplorino a fondo le reazioni anche se possiamo dire per la nostra esperienza clinica che i padri possono rappresentare, per il disagio della madre e lo sviluppo del bambino, un fattore protettivo.

Nel *Rapporto* dell'Istituto superiore di sanità del 2016 la ricerca si è allargata a considerare gli effetti che la depressione post partum può avere per lo sviluppo del bambino e dell'adolescente. Secondo questo Rapporto molti studi, attraverso l'utilizzo di questionari compilati dalle madri, hanno constatato un'associazione positiva tra problemi comportamentali del bambino e depressione post partum.

### **Non va trascurato che la nascita di un figlio ha un forte impatto emotivo anche sul padre**

Gli insegnanti di questi stessi bambini hanno riferito la presenza di disturbi internalizzanti in cui il bambino si ripiega su se stesso (ansie, fobie, timidezze, somatizzazioni) e esternalizzanti (aggressività, disobbedienza, oppositività, iperattività).

Questi studi possono far pensare che la Dpp nei primi mesi di vita del bambino possa essere un importante fattore di rischio nel lungo termine per lo sviluppo comportamentale e sociale del bambino. Invece è fondamentale sottolineare come anche questo *Rapporto*

che riassume i più recenti studi sull'argomento, ribadisce nelle conclusioni che questi fattori di rischio sono presenti solo in caso di cronicità della depressione e in presenza di un rapporto problematico con il figlio ben oltre il primo anno di vita. In realtà tutte le madri, anche quelle

che non hanno sofferto di depressione post partum, possono presentare delle problematiche relazionali tali da causare nei figli i disturbi sopracitati così come i padri. Una psicoterapia precoce delle dinamiche non coscienti nella relazione genitoriale può permettere una remissione dei disturbi nei bambini e una prevenzione dei disturbi nell'adolescenza e nell'età **adulta**.

Una scena del film *Tully* diretto da Jason Reitman con protagoniste Charlize Theron e Mackenzie Davis