



Prevenzione dei Disturbi di Ansia in Gravidanza

Claudio Mencacci

Co-Presidente SINPF

Società Italiana di Neuropsicofarmacologia

Trasformazioni sociali e impatto sulla salute mentale in Italia dal 2000 al 2025

la salute

mentale è diventata uno dei principali indicatori della sostenibilità sociale

- **Trasformazione demografica:** denatalità e invecchiamento (invecchiamento rapido della pop, crollo delle nascite aumento delle famiglie unipersonali ridefinizione del patto intergenerazionale solitudine, fragilità, nuove povertà “silenziose»
- **Famiglia e relazioni:** pluralizzazione dei modelli maternità e paternità più tardive, aumento convivenze, diminuzione matrimonio tradizionale, genitori single.
- **Lavoro:** precarizzazione e nuove disuguaglianze difficoltà di progettualità (casa, figli, futuro aumento stress, ansia, burnout, smart working, lavoro digitale, crescita lavoro precario)
- **Immigrazione e multiculturalità**
- **Rivoluzione digitale e comunicativa** (nuove dipendenze, smartphone e social media)
- **Fiducia e partecipazione**
- **Salute e salute mentale:** da tema privato a questione pubblica
- **Fragilizzazione,** è il fille rouge, ma anche **la possibilità di innovazione sociale** Dal 2000 al 2025 la salute mentale in Italia non è peggiorata solo perché le persone sono più fragili, ma anche perché **la società è diventata più esigente, instabile e solitaria.**

Ansia durante la gravidanza

Ansia da Gravidanza 14,4%

Interazione tra emozioni e esperienza
fisiologica di gravidanza

Ansia in Gravidanza 5-37%

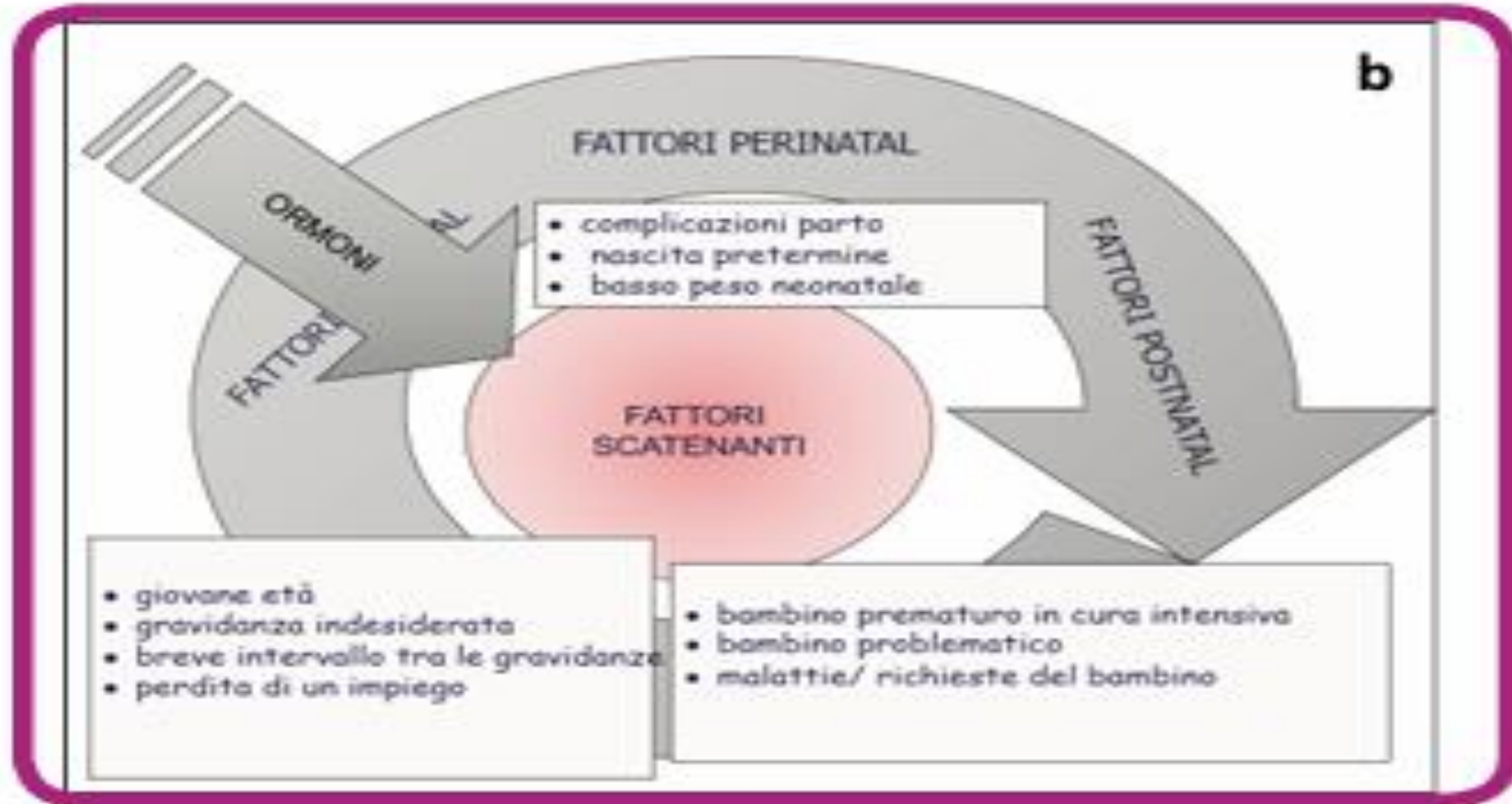
Tutti i disturbi d'ansia disturbo panico, agorafobia
Ansia generalizzata, fobia sociale, fobia specifica



Fattori di Vulnerabilità D.Ansia in gravidanza



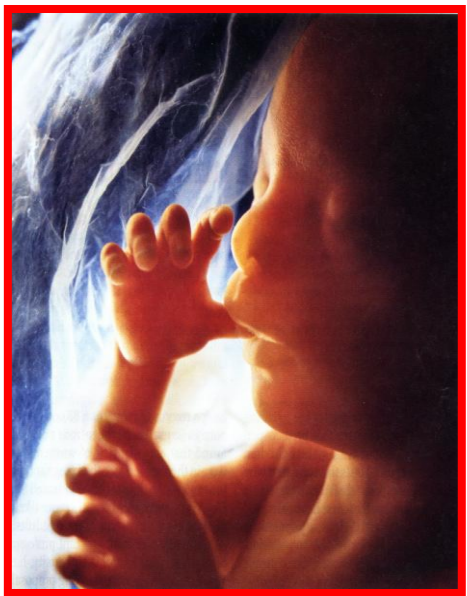
Fattori scatenanti



Fattori di Mantenimento



“ANSIA” in gravidanza



Lo stato d'ansia aumenta progressivamente con il progredire della gravidanza con valori più alti nel 3° trimestre.

Soprattutto alla 32° settimana predice un significativo aumento della depressione nel periodo post-natale



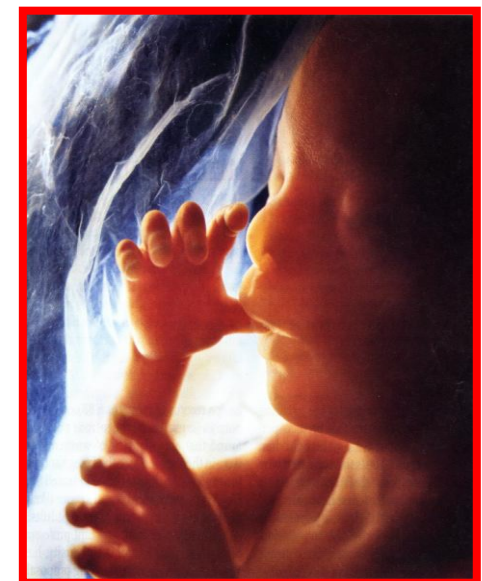
(HERON et al 2004)

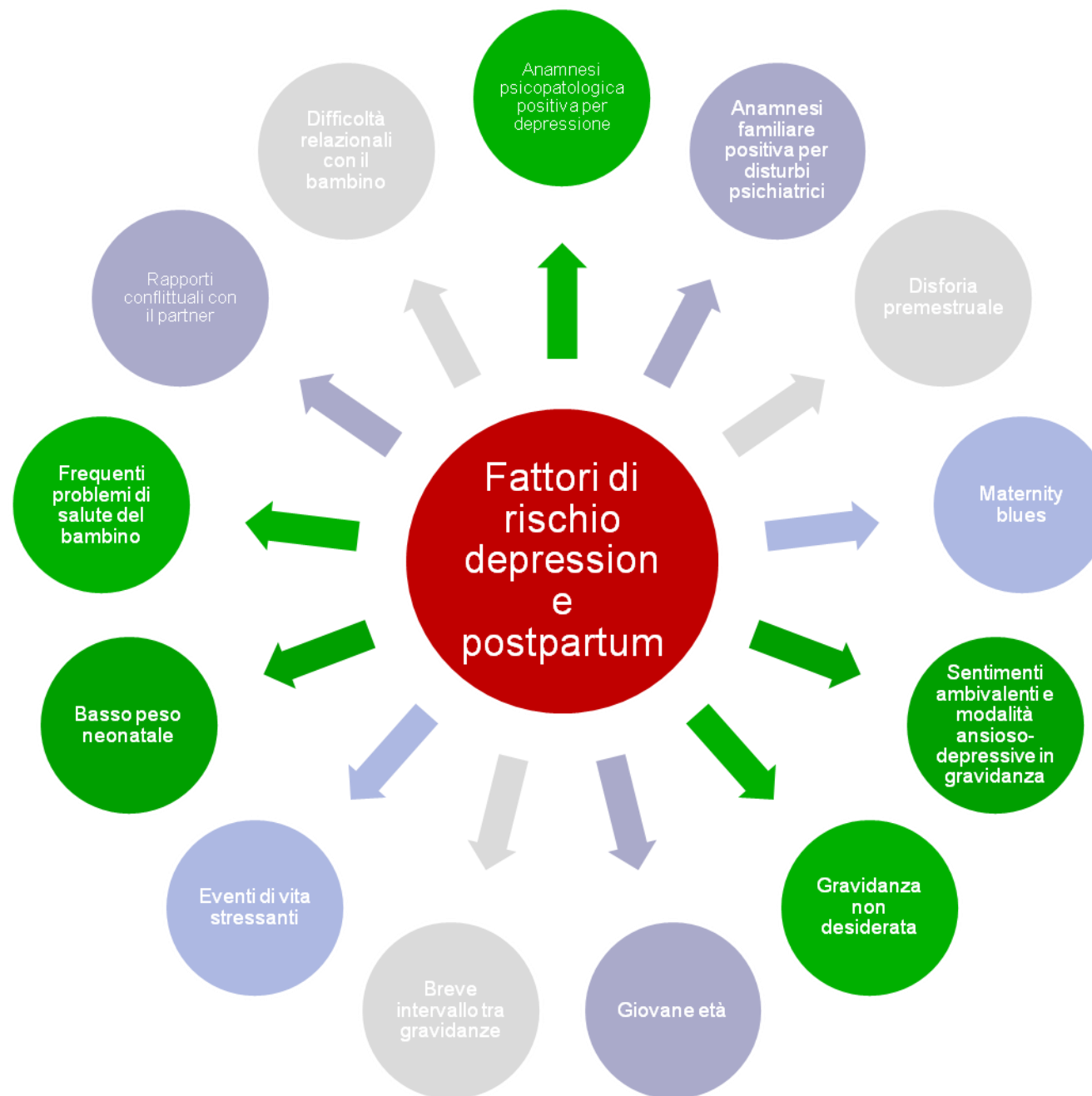
“ANSIA” in gravidanza e nel post-partum

L'ansia è frequentemente in comorbidità con la depressione, ma viene trascurata negli studi riguardanti la gravidanza e il periodo post-natale

L'ansia o lo stress materno prima della nascita possono rappresentare un rischio significativo per la futura madre e per lo sviluppo del bambino

- Depressione post partum (Heron et al. 2004)
- Disturbi di sviluppo e attività fetali (Di Pietro et al. 2002)
- Basso peso alla nascita (Hedegaard et al. 1993)
- Difetti fisici nel bambino (Hansen et al. 2000)
- Problemi comportamentali-emozionali (O'Connor et al. 2003)





Pregnancy Resculpts Women's Brains for at Least 2 Years

Science, 2017



GM volume did not change in the brain of first-time father

An unprecedented study shows that first-time pregnancy causes striking, lasting changes in women's brains.

An unp

i's brains.

Gestione Ansia in Gravidanza

- Rassicurare,normalizzare,dare controllo NON convincere
- Comprensione dell'ansia
- Messaggi chiari sulla sicurezza
- Ridurre la paura del danno al feto
- Restituire il controllo alla madre
- Focus che è per entrambi



An unprecedented study shows that first-time pregnancy causes striking, lasting changes in women's brains.

CONCLUSIONI

Il periodo perinatale rappresenta un'epoca delicata nel processo evolutivo di una donna, caratterizzato da significativi cambiamenti fisici e psicologici. Per questo motivo si accompagna spesso a tonalità emotive differenti rispetto al classico immaginario. Nello specifico, la gravidanza è un periodo di transizione nel corso della vita di una donna caratterizzato da cambiamenti fisiologici, cognitivi, emotivi e sociali. Tali cambiamenti spesso possono essere accompagnati da preoccupazioni che possono trasformarsi in un vero e proprio disturbo d'ansia. Per questo motivo è importante da parte del clinico una precoce identificazione dei fattori di rischio e protettivi secondo il modello bio-psico-sociale, al fine di promuovere un intervento interdisciplinare che possa prevedere, ove necessario, anche un trattamento farmacologico integrato ad un percorso di psicoterapia.

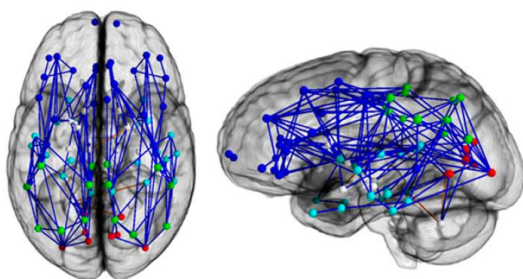
Riassumendo

- **Le donne** sono particolarmente a rischio di soffrire di un disturbo d'ansia in quanto hanno una probabilità significativamente maggiore (da 1,2 a 6,8 volte) di soffrire di DA rispetto agli uomini [2].
- Il **periodo della gravidanza** viene riconosciuto come un'epoca a rischio per l'esordio e le ricorrenze dei disturbi d'ansia mettendo in crisi la convinzione che riconosceva la gravidanza come un periodo protettivo verso i disturbi d'ansia e dell'umore.
- L'**ansia in gravidanza** rappresenta tutti i disturbi d'ansia descritti dal Manuale Statistico e Diagnostico dei Disturbi Mentali (DSM) che si manifestano come esordio o ricorrenza durante l'epoca gestazionale.
- L'**ansia da gravidanza** rappresenta l'interazione tra le emozioni di una donna e l'esperienza fisiologica della sua gravidanza e può avere un impatto fino al 14,4% delle donne in gravidanza.
- Le **caratteristiche chiave** dell'ansia da gravidanza comprendono un piano emotivo, un piano cognitivo, un piano fisico e un piano comportamentale.
- L'utilizzo di un **approccio basato sul modello bio-psico-sociale** nell'approfondimento della sintomatologia ansiosa è funzionale per riconoscere i fattori di rischio e protettivi sui quali porre attenzione per contenere o ridurre gli elementi disfunzionali e potenziare i fattori efficaci al miglioramento psichico della donna.
- Oltre alle più note **scale di valutazione** sviluppate per approfondire i disturbi d'ansia (State-Trait Anxiety Inventory (STAI), Hamilton Anxiety Rating Scale (HAM-A), Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS), Pregnancy Related Anxiety Questionnaire (PRAQ)) [34-37], è importante poter riconoscere e identificare le manifestazioni ansiose durante il **colloquio clinico**, di fondamentale importanza nel valutare i segnali di allarme indicatori della necessità di una valutazione più approfondita.

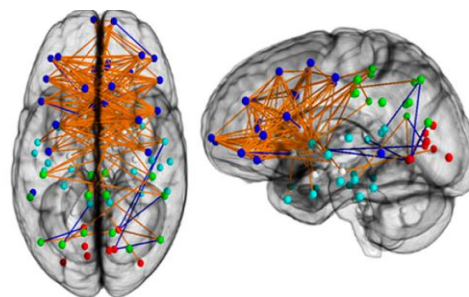
Tab. 2. Conclusioni sull'approccio all'ansia in gravidanza.



His Brain



Her Brain



GRAZIE
dell' attenzione