



TIPOLOGIA DELL'OFFERTA FORMATIVA

Formazione a distanza (FAD)

TITOLO DEL PROGRAMMA FORMATIVO

**Corso online - Depressione post partum:
come riconoscerla e superarla insieme**

LUOGO DI EROGAZIONE

Il corso è erogato in modalità e-learning, con lezioni disponibili su piattaforma e-learning H24. Il corso è fruibile su tutto il territorio nazionale, con disponibilità di un device (PC, Tablet, Smartphone) e rete internet.

PERIODO DI SVOLGIMENTO

01/01/2026 - 31/12/2026

DURATA STIMATA DELL'ATTIVITÀ FORMATIVA

5 ore

RESPONSABILE SCIENTIFICO

Dott. Massimiliano Stocchi, Psicologo-Psicoterapeuta, Specialista in Psicologia della salute

DOCENTE/I

Dott.ssa Sara Di Febo, Psicologa-Psicoterapeuta

TUTOR

No

OBIETTIVO FORMATIVO

AREA DEGLI OBIETTIVI FORMATIVI TECNICO-PROFESSIONALI: N.18 - Contenuti tecnico-professionali (conoscenze e competenze) specifici

L'obiettivo del corso è fornire le competenze per identificare e affrontare tempestivamente la Depressione Post-Partum (DPP). I partecipanti impareranno a riconoscere i sintomi distinguendoli dal *baby blues*, a comprendere i fattori di rischio, e a conoscere le opzioni terapeutiche (psicoterapia e farmaci). Il corso mira a costruire una solida rete di supporto emotivo e pratico intorno alla neomamma, facilitando la guarigione e implementando strategie efficaci di prevenzione.



PROGRAMMA DETTAGLIATO

Il corso è uno strumento prezioso rivolto a chiunque desideri comprendere e affrontare le **sfide emotive legate alla maternità**, in particolare la **depressione post-partum (DPP)**.

Il **corso** offre un **approccio pratico e scientifico**, fornendo strategie utili per **identificare i sintomi**, comprendere i fattori di rischio e accedere ai trattamenti adeguati. È pensato per aiutare **neomamme, papà, famiglie e operatori sanitari** a riconoscere i segnali della DPP, promuovendo il supporto emotivo e pratico necessario durante questo delicato periodo.

Lezione 1: Introduzione alla Depressione Post Partum

Offre una panoramica della condizione, spiegando come la **depressione post-partum differisca dal “baby blues”** e come possa influenzare il benessere emotivo e fisico della madre.

Lezione 2: Sintomi della Depressione Post Partum

Descrive i **sintomi emotivi e fisici** che caratterizzano la condizione, tra cui la tristezza persistente, ansia, senso di inadeguatezza e affaticamento cronico, distinguendo i **segnali da non sottovalutare**.

Lezione 3: Fattori di Rischio

Analizza i **fattori biologici, psicologici e sociali** che possono aumentare la vulnerabilità alla DPP, come i cambiamenti ormonali, una storia di disturbi mentali o la mancanza di supporto familiare.

Lezione 4: Diagnosi della Depressione Post Partum

Presenta gli **strumenti diagnostici** utilizzati per identificare precocemente la depressione, tra cui questionari e interviste cliniche, come l'**Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS)**.

Lezione 5: Trattamento e Intervento

Esplora le **opzioni terapeutiche** per affrontare la DPP, come la psicoterapia cognitivo-comportamentale, la terapia interpersonale e, nei casi più gravi, il trattamento farmacologico con antidepressivi.

Lezione 6: Supporto per i Neogenitori

Sottolinea l'importanza di creare una **rete di supporto familiare e sociale** per aiutare la madre a superare la depressione, evidenziando il **ruolo del partner, della famiglia e degli operatori sanitari**.



Lezione 7: Prevenzione della Depressione Post Partum

Fornisce **strategie per prevenire** l'insorgenza della depressione, tra cui l'educazione alla consapevolezza e l'importanza di un supporto precoce.

Lezione 8: Storie ed Esperienze

Include **testimonianze e storie reali** di donne che hanno affrontato la depressione post-partum, offrendo uno spaccato autentico e solidale su come superare questa sfida.

Lezione 9: Conclusioni e Riflessioni Finali

Sintetizza le informazioni principali del **corso**, sottolineando l'importanza di un **approccio olistico** per il trattamento e la prevenzione della depressione post-partum.

Materiali Aggiuntivi: Esercizi e Schede

L'appendice del **corso** propone **esercizi pratici e schede** per supportare i neogenitori nel percorso di guarigione e di prevenzione della depressione post-partum.

ACCREDITAMENTO

Generale: l'evento è accreditato per tutte le professioni sanitarie

NUMERO STIMATO DI PARTECIPANTI

50

CREDITI STIMATI

5

SPONSOR/ALTRE FORME DI FINANZIAMENTO

L'evento non è finanziato da sponsor, né gode di finanziamenti di altra natura