

Referenti Psicologi Consulтори

Distretto Oristano

Oristano: Dott.ssa Claudia Marras
tel. 0783 317087
mail: claudia.marras@atssardegna.it

Oristano/Cabras: Dott.ssa Nadia Melis
tel. 0783 317700
mail: nadia.melis@atssardegna.it

Distretto Ghilarza-Bosa

Ghilarza: Dott.ssa Maria Vitalia Manca
tel. 0785 560414 – 0785 560413
mail: mariavitalia.manca@atssardegna.it

Bosa: Dott.ssa Carmen Chelo
tel. 0785 225160
mail: carmelaangela.chelo@atssardegna.it

Distretto Ales-Terralba

Terralba: Dott.ssa Sabina Deiana
tel. 0783 9111523
mail: sab.deiana@atssardegna.it

Ales/Mogoro/Laconi: Dott.ssa M. Angela Ortu
tel. 07839111308- 0783990539
mail: mariaangela.ortu@atssardegna.it

*“La nascita non termina il giorno in cui
vieni al mondo, quel giorno è solo
l’inizio: il giorno in cui hai lasciato il
ventre di tua madre, non sei nato, hai
iniziato a nascere”*

Osho



ATSSardegna
Azienda Tutela Salute
ASSL Oristano

**MAMMA...
NATURALMENTE!**



SERVIZIO DI PSICOLOGIA
Oristano, via Carducci 41
tel. 0783 317089 - 317887 - 317018
referente
Dott.ssa Giuseppina Garippa

**Progetto di prevenzione della
Depressione post partum**

PERCHE' QUESTO PROGETTO?

La nascita di un figlio, nella maggior parte dei casi, rappresenta per la coppia genitoriale un momento di estrema felicità ma può succedere che, soprattutto la mamma, abbia vissuti ed emozioni contrastanti e difficili da accettare e da raccontare.



Anche la quotidianità può diventare una prova complessa e difficile ed è per questo che la mamma può ritrovarsi a farsi domande come:

“Se tutto il mondo intorno a me è felice come è possibile provare tristezza, fatica, malinconia, rabbia?”

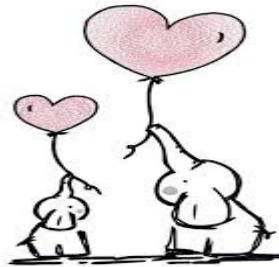


Spesso le mamme tendono a nascondere tali emozioni, a vergognarsene, colpevolizzandosi per non essere in grado di essere una *“buona madre”* per il loro bambino.

Tali sentimenti negativi, nella maggior parte dei casi, tendono ad essere passeggeri e a risolversi nel giro di qualche settimana dalla nascita del bambino; altre volte possono diventare più forti e dolorosi ed è in queste situazioni che è fondamentale individuare precocemente i segni di un disturbo dell'umore legato al parto: la Depressione Post Partum.

A CHI CI RIVOLGIAMO?

Il progetto *“Mamma... naturalmente!”* si rivolge a tutte le donne che si recano presso il reparto di Ostetricia e Ginecologia dell'Ospedale San Martino di Oristano per far nascere il loro bambino.



QUALI SONO GLI OBIETTIVI DEL PROGETTO?

- Promuovere la salute della madre e del bambino
- Promuovere il benessere della relazione madre-bambino
- Riconoscere precocemente situazioni di disagio psicologico nel post partum
- Intervenire tempestivamente in situazioni di disagio psicologico con il supporto di psicologi esperti



IN COSA CONSISTE IL PROGETTO?

Grazie alla collaborazione tra il Servizio di Psicologia, i Consultori Familiari, il Reparto di Ostetricia e Ginecologia dell'Ospedale San Martino di Oristano, professionisti formati in ambito Psicologico, incontrano le neo-mamme presso il reparto, allo scopo di fornire loro informazioni sulla promozione del benessere psicologico di mamme e bambino e invitarle a compilare un breve questionario, che mira ad individuare il loro stato d'animo dell'ultima settimana.

A distanza di circa un mese, le Psicologhe dei Consultori dei vari Distretti, contatteranno telefonicamente tutte le mamme che hanno partecipato al progetto, per somministrare una seconda volta lo stesso questionario e rilevare eventuali variazioni nel loro stato d'animo, ed eventualmente fornire loro un supporto.

IL SERVIZIO E' GRATUITO

IMPORTANTE

PER QUALUNQUE PROBLEMATICHE PSICOLOGICHE LE NEO MAMME POSSONO CONTATTARE LE PSICOLOGHE, IN QUALUNQUE MOMENTO DEL LORO PUERPERIO, AI NUMERI INDICATI IN QUESTA BROCHURE