Donna in gravidanza e post partum, numero per supporto psicologico

Autore : Redazione

Data : 30 Giugno 2020

Saccardi: ***'Uno strumento utile per non sentirsi sole e superare le difficoltà del momento'***

Riceviamo e pubblichiamo.

Un servizio di ascolto telefonico, dedicato alla promozione del benessere psicofisico in gravidanza e alla prevenzione della depressione *post partum*, è stato messo a disposizione dalla Regione per le donne, che stanno vivendo la straordinaria avventura di una nuova nascita, per i loro *partner* e familiari, ma anche per gli operatori socio-sanitari e dei servizi educativi del territorio.
Da domani, primo luglio, gli operatori psicologi psicoterapeuti del Centro di ascolto regionale offriranno, dunque, ascolto e sostegno telefonico, facilitando il collegamento con la rete dei percorsi nascita del Sistema Sanitario Regionale. Un tassello in più che arricchisce la rete dei servizi territoriali, dedicati alla promozione della salute di chi sta vivendo l'avventura di una nuova nascita.

Spiega l'Assessore al diritto alla salute, Stefania Saccardi:

> Riteniamo questo servizio un'opportunità e uno strumento prezioso sia perché consente loro di condividere con professionisti esperti le proprie riflessioni e le preoccupazioni tipiche di un momento di così radicale cambiamento sia perché le donne, che si trovano a vivere questo momento con disagio, possono uscire dal silenzio e dalla paura grazie al riconoscimento precoce dei sintomi.
>
> Il disagio psichico e la depressione, sia in gravidanza che nel post partum, rappresentano un fenomeno sommerso di cui difficilmente le donne parlano e per il quale stentano a chiedere aiuto. Non possiamo lasciarle sole, quando hanno bisogno del nostro massimo sostegno.

Esplorare gli aspetti psicologici della gravidanza e del nuovo assetto familiare nel *post partum* e riconoscere i campanelli d'allarme, pensieri tristi per la maggior parte delle giornate, sonno turbato,

mancanza di appetito, profonda e continua stanchezza, risultano, dunque, fondamentali non solo per prevenire eventuali disagi, ma anche per promuovere il benessere psico-fisico.

Cosa offre il servizio:
• informazioni aggiornate e personalizzate sui percorsi legati alla nascita, informative *counseling*;
• l'individuazione del reale problema della persona con possibili soluzioni, analisi della domanda e problem *solving counseling*, attraverso il colloquio telefonico;
• uno spazio dove la persona può sentirsi supportata e ascoltata nei momenti di crisi, focalizzando obiettivi utili al superamento del disagio, *crisis counseling*;
• un aiuto nel prendere decisioni o nel mettere in atto cambiamenti comportamentali, atti al superamento del disagio che sta vivendo;
• un punto di riferimento anche per medici e operatori sanitari, per ricevere informazioni, creare nuove connessioni interne alle aziende, facilitare la comunicazione intra aziendale e con chi sta vivendo l'avventura di una nuova nascita.

Come si accede:
• telefonando al numero 055-4383001, dal lunedì al venerdì, dalle ore 9:00 alle ore 18:00.

È prevista, inoltre, la realizzazione di apposito materiale informativo, che sarà distribuito in collaborazione con ANCI, Associazione Nazionale Comuni Italiani, Toscana su tutto il territorio regionale e in particolare nei punti nascita ospedalieri, nei consultori e Botteghe della salute. Per approfondimenti è possibile consultare la pagina *web* dedicata.