

## Gli effetti del congedo parentale sulla salute mentale dei genitori

---

Data di inserimento 17/03/2023

---

Anno 2023

---

Domanda di ricerca

- Le politiche di congedo parentale, in ogni sua forma, hanno un impatto sulla salute mentale dei genitori?
- L'accesso al congedo parentale e la generosità del congedo parentale (congedo pagato e sua durata temporale), sono associati con vari esiti di salute mentale dei genitori?

---

Quello che conta

Sono stati presi in esame 45 studi pubblicati fino alla fine di agosto 2022 (28 osservazionali e 17 quasi-sperimentali), condotti esclusivamente in paesi ad alto reddito, che hanno considerato **qualsiasi forma di congedo parentale (per la famiglia, di maternità e di paternità), pagato o non pagato, di differente durata, relativo al periodo successivo al parto**. Tutti gli studi inclusi nella revisione dovevano avere un gruppo di confronto (congedo pagato vs congedo non pagato, requisiti per il congedo parentale sì/no)

**Il congedo di maternità è protettivo verso i disturbi di salute mentale delle madri, specialmente se retribuito almeno per 2-3 mesi.** Questi risultati restano validi nonostante l'eterogeneità degli studi, la nazione, il contesto, gli esiti considerati e il disegno di studio.

Per quel che concerne l'associazione tra congedo di paternità e salute mentale, i risultati sono eterogenei e non definitivi, sebbene la revisione suggerisca che i padri manifestano miglioramenti alla loro salute psichica **con politiche che offrono adeguata sostituzione salariale o incentivi in altre forme.**

Per le madri, l'effetto protettivo del congedo parentale sulla loro salute mentale potrebbe estendersi oltre il periodo post parto, mentre mancano evidenze di benefici a lungo termine per i padri.

**Pochissimi studi considerano gli effetti indiretti** che il congedo parentale ha sul partner di chi ne usufruisce: il congedo materno riduce l'ansia dei padri mentre l'associazione tra congedo paterno e salute mentale delle madri è inconcludente.

---

Caveat

Gli studi sono valutati di qualità medio-alta. Limiti e incoerenze hanno impedito di comparare i risultati e sintetizzarli in una metanalisi. Gli studi osservazionali presentano **bias nella selezione** della popolazione oggetto di studio, **fattori di confondimento** (per esempio gli studi non tengono in conto la salute mentale preconcezionale, in cui si radica la depressione che si sviluppa poi dopo il parto), **causalità inversa** (la lunghezza del congedo parentale potrebbe non essere la causa di una migliore salute mentale ma l'effetto).

Sia gli studi sperimentali che gli studi osservazionali presentano notevoli differenze nel disegno, negli esiti e nel follow-up. Infine la revisione considera solamente studi condotti in paesi ad alto reddito. L'esclusione della letteratura grigia e degli articoli scritti in lingua non inglese potrebbe aver causato l'assenza di studi realizzati nei paesi a basso e medio reddito.

---

Contesto

Problemi di salute mentale tra i genitori dopo il parto sono comuni. A livello globale la prevalenza di disturbi della sfera psichica nella fase successiva alla nascita oscilla dal 10% -20% tra le madri e fino al 10% nei padri, con un importante carico economico. Una misura politica essenziale è il congedo parentale o familiare. Letteralmente si intende un periodo di astensione dal lavoro di un genitore, sia esso madre o padre. La legge disciplina i tempi e le modalità di astensione, che per alcuni periodi può essere retribuita. Il congedo parentale è neutro rispetto al genere, mentre il congedo di maternità e il congedo di paternità spettano esclusivamente alla madre e al padre e non sono trasferibili da un genitore all'altro.

---

Implicazioni per la pratica	<p><b>Un congedo parentale ben pagato e che duri oltre 2-3 mesi</b> contribuisce ad alleviare o prevenire i problemi della salute psicologica e psichica delle madri e può essere protettivo nei confronti di una salute mentale carente, con rischi ridotti per i più comuni disturbi di salute mentale. <b>I risultati riferiti ai padri restano pochi e non conclusivi</b>, anche se l'evidenza suggerisce che un congedo parentale più generoso potrebbe ridurre i rischi per la salute mentale.</p> <p>La revisione non affronta il problema dell'equità ma sottolinea che la ricerca sul congedo parentale <b>deve adottare un approccio intersettoriale e essere equa</b>, cioè deve considerare quelle caratteristiche sociodemografiche - reddito, educazione, razza, etnia, cittadinanza, e luogo di residenza - che possono influenzare la probabilità di accedere al congedo pagato.</p> <p>Tutte le politiche indirizzate a migliorare la salute della popolazione che non applicano la lente dell'equità potrebbero essere <b>dannose per i gruppi più vulnerabili</b> (ad esempio lavoratori a basso reddito, precari, part-time, immigrati, disoccupati) e contribuire ad <b>espandere le disuguaglianze nell'accesso al congedo pagato</b> per entrambi i genitori e di conseguenza aumentare le disuguaglianze di salute mentale.</p>
Giudizio di qualità revisione	Punteggio attribuito da Health Evidence : 8/10.
Riferimento bibliografico revisione	Heshmati A, Honkaniemi H, Juárez SP. <a href="#">The effect of parental leave on parents' mental health: a systematic review</a> . Lancet public health 2023; 8: e57-75.
Parole chiave	- salute materno infantile - salute mentale - benessere psicofisico - genitori -
Aree di intervento	- salute mentale -
Setting	- ambiente di lavoro -
Outcome	Indicatori relativi alla salute mentale: depressione, ricoveri per depressione, stress, burnout, ansia, uso dell'assistenza per la salute mentale, ricoveri per disturbi mentali e comportamentali, uso di antidepressivi, suicidi, e altri sintomi di salute mentale, o misurati con strumenti validati o autoriferiti.
Sintesi e traduzione	Sintesi e traduzione a cura di Paola Capra, DoRS, Centro di Documentazione per la Promozione della Salute della Regione Piemonte, Italia.