



Lo stress di diventare genitori "over"

FABIO DI TODARO
PAG. 30

FABIO DI TODARO

Un'età giusta per diventare genitori non esiste. Ma quello che in passato era considerato un evento eccezionale oggi, in Italia, è all'ordine del giorno. Sempre più coppie decidono di avere il primo figlio in età avanzata.

L'età media della prima gravidanza è di poco superiore a 30 anni (mentre nel resto d'Europa una donna su due partorisce tra i 20 e i 29 anni). Oltre la metà delle gravidanze (54.1%) vede protagoniste donne di età tra 30 e 39 anni, mentre nel 6% dei casi la donna ha più di 40 anni. Alla base del fenomeno almeno due ragioni: lo «slittamento» delle tappe della vita che precedono l'arrivo di un figlio e le possibilità offerte dalla procreazione medicalmente assistita (un terzo delle procedure termina con una gravidanza).

Ma al di là degli aspetti sociali e biologici, ci sono quelli psicologici. Che cosa significa diventare genitori «tardivi»? E quali le ripercussioni sui figli?

Le difficoltà. Le risposte, al momento, corrispondono perlopiù a ipotesi. Ma rispetto al primo quesito ci sono più elementi di giudizio. La sensazione diffusa è che oggi diventare genitori sia più difficile. «Così è, ma non solo in relazione all'età delle mamme e dei papà - afferma Lucio Rinaldi, responsabile del

day-hospital di psichiatria e dell'area di psicopatologia perinatale del Policlinico Gemelli di Roma -. Protraendosi la ricerca di forme di supporto, l'attesa del momento ritenuto giusto per avere un figlio è diventata più lunga».

La realtà è che questi riferimenti per molti non esistono. Motivo per cui le attese risultano spesso vane, se nel tempo che intercorre lo schema familiare non muta. Con un ulteriore contraccolpo. «Il periodo della perinatalità è legato a una grande fragilità. Il disagio è più accentuato nei futuri genitori più in là con gli anni. O meglio: lo spostamento in avanti dell'età in cui si diventa mamme o papà è già di per sé una spia di fragilità».

Le possibili insidie. Rinaldi segue da anni coppie in procinto di avere un figlio. E al tema della genitorialità ha dedicato un saggio: «Sul nascere madri e padri - L'abisso, le sue insidie e le sue possibilità», edito da **Franco Angeli**. Qui si accende un faro sui timori legati a un cambiamento profondo quale è l'arrivo di un bambino. Tensionanti che risultano più marcate negli «over 40» che si apprestano ad allargare la famiglia. «Investire molto sull'idea di avere un figlio non significa essere pronti a diventare genitori - prosegue -. Il discorso vale anche per chi affronta la gravidanza più precocemente. Ma è più accentuato se, per avere un

I CONSIGLI PER QUARANTENNI E CINQUANTENNI

Lo stress dei genitori "over" Dal desiderio allo sfinimento "Un neonato può mandarci in tilt"

bambino, si sono investiti diversi anni. E se si è, eventualmente, anche affrontato un percorso più o meno lungo di procreazione assistita».

In questi casi il desiderio rischia di farsi ossessione. Non è detto, però, che di pari passo si sviluppi la propensione a essere madri o padri. Da qui il possibile manifestarsi di un disagio che può crescere avvicinandosi al parto e nel periodo successivo. Oltre alla difficoltà di prendersi cura di un neonato, un genitore avanti negli anni è più esposto al rischio di manifestare aggressività, ansia e depressione. Inevitabili, in assenza di un ambiente accogliente, le ripercussioni anche per i più piccoli. Ampio è il ventaglio delle possibili ricadute negative: dalla trascuratezza ai maltrattamenti, dai disturbi alimentari fino all'iperattività.

La vita che cambia. Nei genitori più «grandi», a fronte di una maggiore stabilità economica, la nascita di un figlio fa quindi sbocciare nuove preoccupazioni. È lecito, per esempio, che un neopapà «over 50» si preoccupi di non poter seguire il figlio fino alla laurea. O che una mamma si agiti al pensiero di non essere al fianco del suo ragazzo nel momento del bisogno. Le ricadute più vaste di queste preoccupazioni si vedranno solo nel prossimo futuro.

«Il grande divario tra genitori e figli è un tema che entrerà prepotentemente a far parte dei problemi della società, oltre che del lavoro». In ogni caso, indipendentemente dall'età, l'arrivo di un bambino segna una tripla nascita: la sua, quella della madre e del padre. «Se si è creata una buona solidità psico-

logica, un adulto sarà pronto a diventare genitore in qualsiasi momento - conclude Rinaldi -. La famiglia cambia, si evolve. E più si è pronti e disponibili ad adattarsi a questa nuova vita e meglio la si riuscirà a vivere». —

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Incombono i rischi di aggressività e attacchi d'ansia

La solidità psicologica è legata all'accettazione del cambiamento



tuttosalute
n.72 | 2019

L'avatar per curare ogni tumore
Rivoluzione all'leo con il passaporto genetico



Questa è la rivoluzione...
L'avatar per curare ogni tumore...
Rivoluzione all'leo con il passaporto genetico...
L'avatar per curare ogni tumore...
Rivoluzione all'leo con il passaporto genetico...

Lo stress dei genitori "over"
Dal desiderio allo sfidamento
"Un neonato può mandarci in tilt"

PIÙ SALUTE, PIÙ BENESSERE CON BIOTON
SCIENTE, NATURALE, DIVERSA



PIÙ SALUTE, PIÙ BENESSERE CON BIOTON...
SCIENTE, NATURALE, DIVERSA...
BIOTON...
PAR UNA VITA BELLA...
J.L. BELLO

Non sei obbligata a essere felice?
Piccola guida contro i pericoli della depressione post-parto



Semplicemente

Il tuo corpo è meraviglioso...
In gravidanza...
per esprimere la vita del bambino...
lungo tutto il suo percorso di cura...
www.astra-direct.it
AstraDirect