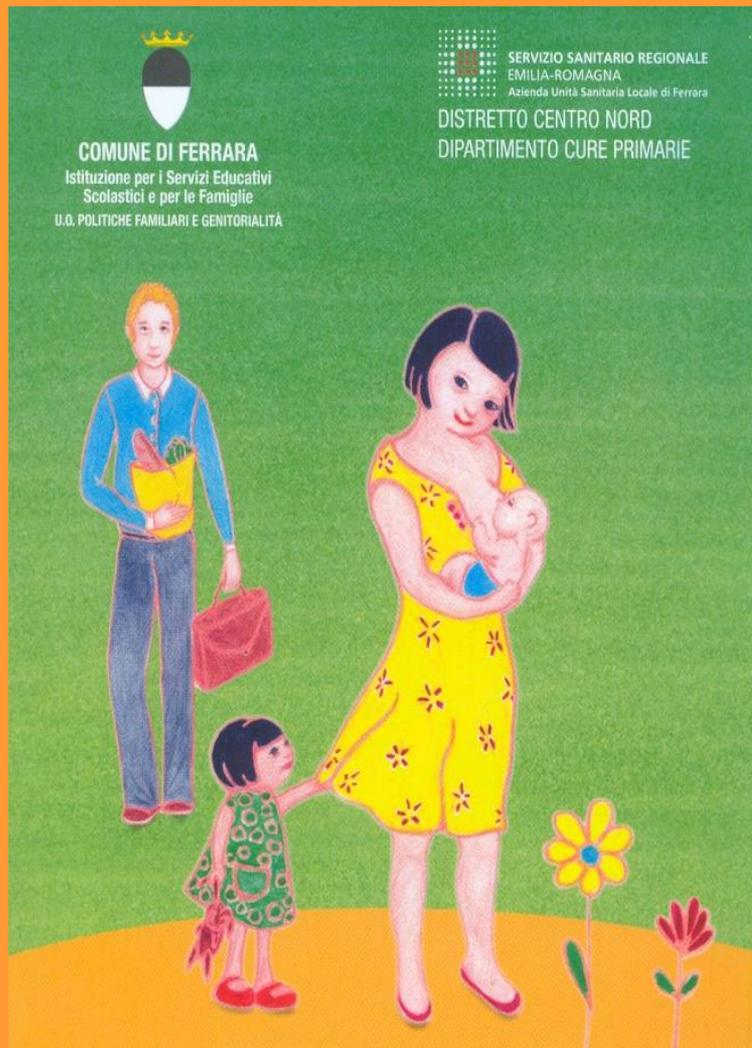


SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA
Azienda Unità Sanitaria Locale di Ferrara

COMUNE DI
FERRARA



“Modifiche relazionali e dell’attività sessuale dei futuri papà durante la gravidanza e nel post-parto.”

a cura di:

Dott.ssa Laura De Francesco

Psicologa del Punto d’ascolto e sostegno

“Ben Arrivato ... Piccolo mio!”

Rivolto a: genitori con bambini nei primi sei mesi di vita

“ BEN ARRIVATO ... PICCOLO MIO! ”

Il punto d'ascolto e sostegno per neo-genitori apre a fine 2008 a Ferrara.

Ha la sede operativa presso il Centro per Bambini e Genitori “*Piccola Casa*” in Viale Krasnodar 112 .

Il progetto nasce all'interno del tavolo dei Piani della Salute di Ferrara con la collaborazione di:

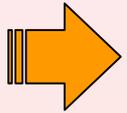
COMUNE DI FERRARA

- Centro per le Famiglie
- Centri per bambini e famiglie

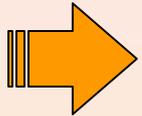
AZIENDA USL DI FERRARA

- Pediatria di Comunità
- Centro Salute Donna
- Servizio di Psicologia Clinica
- Ospedale Sant'Anna (reparto di maternità)

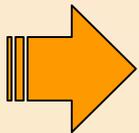
- **OBIETTIVI:**



Prevenire la solitudine e l'isolamento dei genitori dopo il parto.



Sostenere i genitori in difficoltà al momento del rientro a casa dopo la nascita, tramite un intervento che coinvolge operatori con diverse capacità professionali.



Guidare i genitori verso un efficace utilizzo dei servizi sanitari, sociali ed educativi presenti sul territorio.

Organizzazione del Punto d'Ascolto

- Il servizio accoglie **neo-genitori con bambini fino ai 6 mesi di vita** nei giorni di **martedì e giovedì dalle 9.30 alle 13.00**
- **Il servizio è gratuito** e vi si accede preferibilmente su appuntamento.
- Il punto d'ascolto prevede la co-presenza di 3 figure professionali :

Ostetrica

Educatrice

Psicologa

Visite
domiciliari

Incontri
tematici

Servizi offerti dal Punto d'Ascolto

Colloqui di
consulenza e
sostegno

Consulenze
telefoniche

“Tutti al
tappeto”

I ruoli nell'attesa

- Quando il corpo della donna inizia palesemente a cambiare, più o meno dall' inizio del secondo trimestre di gravidanza, **inevitabilmente** si innescano dei cambiamenti sia relazionali che sessuali nella coppia.



LUI

- Può manifestare una progressiva diminuzione della libido e quasi un timore reverenziale verso il corpo della donna, percepita come un "delicato contenitore in cui sta avvenendo qualcosa di magico."
- A volte la carica erotica dell'uomo si "cheta" e la pulsione sessuale si sublima in istinto di protezione verso la compagna e la pancia che sempre più diventa evidente nei mesi come "luogo di crescita del bambino".



LEI

- Se la gravidanza non presenta particolari problemi, la donna mantiene intatti, dopo i primi tre mesi che risultano essere spesso i più delicati sia per la crescita del bambino che per il benessere della mamma, i suoi desideri di coccole e di rapporti sessuali.
- Per la futura mamma la vicinanza emotiva è fondamentale e spesso, sia durante la gravidanza che successivamente, risulta indispensabile per il rapporto sessuale con il partner.



Per favorire l'attività sessuale in gravidanza

- Importante prestare attenzione alle implicazioni psicologiche dei cambiamenti in atto nel rapporto di coppia.
- Invitare i futuri genitori a mantenere **aperta** la comunicazione cercando di risolvere **INSIEME** eventuali problematiche , se opportuno anche con l'aiuto di professionisti.
- Chiarire che **una donna incinta non è «malata»** e che, i rapporti sessuali non danneggiano il bambino ma anzi favoriscono un generale benessere .

Assistere al parto..

“Può essere un deterrente per la sessualità?”

“Sono sempre più numerosi i papà che decidono di **assistere al parto** e che riescono ad essere presenti con serenità, **infondendo sicurezza alla propria compagna**, (circa il 90% dei papà in Italia nel 2017 ha assistito al parto) ma soltanto in **quei casi** in cui il futuro **papà se la sente e lo desidera**, perché ancora in molte situazioni appare un'alta correlazione tra una crisi di coppia post-parto legata alla fatica del partner a riavvicinarsi sessualmente alla donna dopo aver assistito al parto, spesso legata ad una poca preparazione del futuro papà all'evento parto”.

Alessandra Graziottin - Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica dell'Ospedale San Raffaele di Milano

Cosa accade dopo....



Il papà

- È stato osservato che i padri , quando si *connettono* di più con i neonati (sono accudenti e coinvolti nelle cure quotidiane), risultano meno attivi dal punto di vista sessuale. Probabilmente questo maggior coinvolgimento comporta anche un cambiamento nella percezione che l'uomo ha della sua compagna, prima complice, e adesso fonte di vita indispensabile alla salute del neonato.



La mamma

Dopo il parto la donna deve adattarsi al suo nuovo ruolo di mamma, con tutti gli oneri che comporta l'accudimento di un neonato.

Molto spesso è sola, nella famiglia mononucleare tutte le figure che una volta assistevano la puerpera (madre, sorelle, zie, ecc.) sono assenti. La neo-mamma può risultare meno disponibile per il compagno, mostrare atteggiamenti "nuovi" che rischiano di allontanare il partner .



Partiamo da una situazione esemplificativa:

*Jessica
32anni*

*Mario
29anni*

*Nicola
Nato il 02-03-2018
Parto spontaneo a
termine*

Solo alcuni dati della famiglia ...

- La coppia si conosce da meno di due anni quando arriva la gravidanza, che non risultava “programmata” ma che è stata accolta da entrambi con gioia e che ha portato subito grandi cambiamenti.
- La convivenza inizia al secondo trimestre di gravidanza.
- I rapporti sessuali “prima” erano frequenti e molto coinvolgenti definiti dalla mamma “ **il collante della coppia**”

Percorso svolto dalla famiglia:

- Primo contatto e colloquio effettuato in maternità
(un operatrice del servizio Ben arrivato, grazie collaborazione con l'Azienda ospedaliera territoriale accede direttamente al reparto di maternità per contattare le neo-mamme)
- Colloquio telefonico (ad una settimana dal parto)
- 1° visita domiciliare (presente la coppia a 2 settimane dal parto)
- 2° visita domiciliare (presente la coppia a 1 mese dal parto)
- Telefonata della mamma a 45 giorni dal parto
- Percorso di tre colloqui presso il servizio *(con la mamma)*
- Un incontro di “tutti al tappeto”



Le diverse richieste della coppia:

- La coppia che si rivolge al servizio inizialmente manifesta dubbi sulla gestione dell'allattamento e sulla nuova organizzazione della quotidianità con il neonato (*nelle 2 visite domiciliari si affrontano questi temi*).
- La mamma quando richiama il servizio dopo aver effettuato il controllo ginecologico del 40esimo giorno post-parto è “molto preoccupata” e chiede “della psicologa” poiché avverte un **“cambiamento strano”** nella relazione con il suo compagno...dopo questa chiamata si svolge il percorso di 3 colloqui sul tema della sessualità.

Ecco la domanda della mamma:



- *Perché il mio compagno dal 3 mese di gravidanza..mi vede come una madonna..Intoccabile ???”*

IL RIAVVICINAMENTO EMOTIVO PROPEDEIUTICO A QUELLO FISICO

- Con la neo - mamma si affrontano i temi legati alle esigenze della coppia rispetto alla ricerca di una nuova forma di sessualità, che prima era spontanea e coinvolgente ma che adesso è evitata da Mario per paura e disagio .
- Jessica dice di *sentire l'affetto del compagno ma anche la paura nell'avvicinarsi a lei* .
- Si parla del: " Bisogno di tempo per adattarsi ai cambiamenti" che può essere molto diverso tra uomo e donna.

Cosa abbiamo fatto ..

- Attivato una maggiore **COMUNICAZIONE** da parte della mamma (*per esprimere al compagno il proprio bisogno senza "attendere che lo colga"*)
- Ipotizzare nuove posizioni nel post-parto
- Gestire a livello organizzativo la presenza del bambino in stanza con loro
- È fondamentale aiutare la mamma a leggere la **momentanea distanza fisica come un processo fisiologico anzichè come un rifiuto da parte del partner.**

Colloqui di coppia e/o individuali

- In questa situazione attivando i cambiamenti nella mamma si è realizzato il miglioramento comunicativo e il superamento del momento di stallo, in altri casi aprire anche alla presenza del papà può risultare importante e fondamentale per il buon esito del percorso di riavvicinamento dei neo genitori che si confrontano, soprattutto con la nascita del primo figlio, con molti cambiamenti evolutivi e fisiologici, ma non sempre facili .

Cosa possiamo fare ?

Informare per prevenire e “normalizzare”

- Corsi di accompagnamento alla nascita aperti anche ai papà (*dove affrontare i temi della presenza al parto e della sessualità*)
- Colloqui con ginecologi e ostetriche per informare rispetto a posizioni alternative e sottolineare la fisiologia della gravidanza
- Aiutare la coppia a vivere il cambiamento come fase di transizione valorizzando le risorse
- Sottolineare l'importanza della comunicazione nella coppia

Conclusioni

- La gravidanza e il post-parto risultano essere un momento cruciale nella vita della coppia e spesso è il così detto “sesso forte” a fare più fatica a sopportare lo stress e ad adattarsi, già durante la gravidanza, ai numerosi cambiamenti che avvengono .
- Sostenere i futuri papà e coinvolgerli, senza forzare, è di certo la strada che si sta percorrendo, nell’ottica della prevenzione delle crisi di coppia.
- Stiamo assistendo alla nascita di nuove figure di padri, che senza sostituirsi al ruolo materno, si affacciano alla cura del bambino e alla sensibilità tipica del femminile, e questo si manifesta anche nella sessualità in gravidanze e nel post-parto

Grazie per l'attenzione

