

UNIVERSITÀ CATTOLICA | TUTTI I MERCOLEDÌ ON LINE UNA NUOVA CLIP SULLA SALUTE PRECONCEZIONALE

https://www.youtube.com/watch?v=cCSCrE4POXY&t=53s

“5 minuti di salute preconcezionale” è questo il titolo della Webserie che il Centro Ricerca e Studi sulla Salute Procreativa ha realizzato con la Comunicazione Web e Social della Università Cattolica del Sacro Cuore. Con cadenza settimanale verrà resa disponibile, sul Sito Web del Centro e sui Social dell’Università, una puntata della Webserie, dedicata ad un tema talmente rilevante da essere diventato una vera emergenza sociale. Se una buona salute preconcezionale è il presupposto per aumentare le probabilità di concepimento, condizionare l’esito di una gravidanza e migliorare il recupero della donna e del nato dopo il parto, ci si rende

facilmente conto di quanto questo sia importante nel nostro Paese. L'Italia ha, infatti, uno dei tassi di natalità più basso in Europa con una media di 1,18 figli per donna e con oltre il 15% delle coppie con problemi di fertilità. Sono molteplici le ragioni per cui si rimanda o non si ricerca una gravidanza, ma – quando questo avviene – spesso non si riesce a realizzare il desiderio di avere un figlio.

Promuovere la salute preconcezionale e prevenire i fattori di rischio per la fertilità è, oramai, solo un dovere ma anche una necessità. A partire da quando?

Il quando può sorprendere: coincide con un'epoca nella quale difficilmente si pensa al proprio futuro in termini di paternità o maternità. È l'adolescenza, quando l'entrata in pubertà prepara l'organismo alla vita fertile e stili di vita non adeguati possono iniziare a minare la salute preconcezionale. Stili di vita (dieta, attività fisica, esposizione a fumo, alcool, droghe), che richiedono impegno per essere corretti e tempo per ridurre le possibili conseguenze. Se immaginiamo la salute preconcezionale come un puzzle da costruire, i tasselli da prendere in considerazione sono tanti: oltre agli stili di vita, l'età e i fattori costituzionali, le malattie sessualmente trasmesse, il consumo di farmaci, l'esposizione a radiazioni o ad agenti ambientali che agiscono come interferenti endocrini, il benessere mentale, la compresenza di patologie croniche. Alcuni tasselli non possono essere modificati come ad esempio l'età e i fattori costituzionali; altri tasselli sono modificabili ivi compresi gli stili di vita, l'esposizione ad agenti ambientali, le malattie sessualmente trasmesse.

Promuovere la salute preconcezionale significa, riprendendo quanto previsto dalla Carta di Ottawa del 1986, mettere ciascuno nelle condizioni di aumentare il controllo della propria salute, identificare e realizzare le proprie aspirazioni, soddisfare i propri bisogni, cambiare l'ambiente circostante e farvi fronte. Questo richiede accanto alla cura

dell’ambiente e del cibo, alla sicurezza dei farmaci, anche interventi educativi per aiutare acquisire consapevolezza del proprio agire, responsabilità e strumenti critici, criteri di valutazione e motivazioni, e capacità di operare una sintesi tra libertà e responsabilità. Ed è proprio quest’ultimo l’obiettivo della Webserie. Offrire contenuti e conoscenze, affinché le scelte siano informate e consapevoli. Conoscenze da acquisire lungo un viaggio, in cui esperti di varie discipline ci introducono con un linguaggio comprensibile in tematiche talora complesse.

Vai al Video di presentazione