

Sostenere i genitori per un futuro più sano ed equo

scritto da Luisella Gilardi | 7 Febbraio 2023

Le politiche di congedo parentale, in fase di revisione in molti Paesi, possono avere un ruolo importante sulla salute e il benessere dei neogenitori, così come stili di vita scorretti durante la gravidanza rispetto alla salute del nascituro. Temi su cui si focalizza il numero di gennaio della rivista *"The Lancet Public Health"*.

Spesso i momenti più importanti della vita di una persona come la gravidanza, il parto e la prima esperienza come genitori possono essere anche associati a stress e sfide senza precedenti.

Secondo l'OMS, una donna su cinque potrebbe sperimentare problemi di salute mentale durante la gravidanza o entro 1 anno dal parto. Questo periodo perinatale è sensibile ai fattori di rischio tradizionali (come l'alcol e il tabacco), ma anche ai determinanti socioeconomici e politici della salute. Il numero di gennaio di *The Lancet Public Health* fa luce su alcuni di questi aspetti che riguardano la salute pubblica.

Secondo l'OMS, una donna su cinque potrebbe sperimentare problemi di salute mentale durante la gravidanza o entro 1 anno dal parto. Questo periodo perinatale è sensibile ai fattori di rischio tradizionali (come l'alcol e il tabacco), ma anche ai determinanti socioeconomici e politici della salute.

Il consumo di alcol in gravidanza rimane un importante problema per la salute pubblica. Marcella Broccia e colleghi hanno utilizzato i dati dei registri nazionali danesi per documentare le conseguenze di esposizione ad alte dosi di alcol nel periodo prenatale (1). Nel loro primo articolo, Broccia e colleghi riferiscono che un'esposizione prenatale a livelli elevati di alcol è associata a esiti sfavorevoli, come l'età gestazionale ridotta, il parto pretermine e l'emorragia in tarda gravidanza.

Nel secondo articolo (2), riferiscono un'associazione tra l'aumento del rischio di morbidità infantile e l'esposizione prenatale ad alte dosi di alcol. Documentano, inoltre, disfunzioni precedentemente non identificate, quali problemi nelle funzioni cerebrali, infezioni e lesioni, ma anche maltrattamento infantile.

La salute mentale perinatale è sempre più considerata un elemento critico nell'ambito della sanità pubblica, anche se c'è ancora una diffusa stigmatizzazione e le strategie per sostenere e migliorare la salute e il

benessere dei neogenitori sono ancora limitate.

Le politiche di congedo parentale retribuito possono sostenere i genitori e offrire stabilità finanziaria, flessibilità e tempo per stabilire una relazione con il proprio bambino. Nella loro revisione sistematica, Amy Heshmati e colleghi (3) analizzano l'effetto del congedo parentale sulla salute mentale dei genitori riferendo che questa misura, soprattutto se copre almeno 2-3 mesi, è associata a una riduzione del rischio di problemi di salute mentale materna, mentre non sono emerse evidenze rispetto agli effetti sulla salute del partner.

Le politiche di congedo parentale retribuito possono sostenere i genitori e offrire stabilità finanziaria, flessibilità e tempo per stabilire una relazione con il proprio bambino.

Katharine Barry e colleghi (4) hanno esaminato nello specifico il potenziale effetto del congedo di paternità sulla depressione post-partum dei genitori in una coorte francese. Riferiscono che i padri che avevano preso o intendevano prendere anche un breve congedo di paternità retribuito (2 settimane) manifestavano una minore probabilità di depressione a 2 mesi dalla nascita del figlio. Tuttavia, si è riscontrato un aumento della depressione post-partum delle madri nel caso in cui i partner abbiano usufruito del congedo di paternità, sollevando interrogativi sui tempi e la durata ottimali.

Questi due lavori si aggiungono a un crescente numero di prove che suggeriscono che le politiche di congedo retribuito possono sostenere la salute mentale dei nuovi genitori, ma sottolineano anche l'importanza di progettarle in modo da ottenere il massimo beneficio per entrambi i genitori come osservano Julia Goodman e Lisset Dumet Poma nel loro commento (5). Una lente di equità e un approccio intersettoriale sono necessari per comprendere appieno l'accesso al congedo retribuito e i suoi benefici per la salute mentale.

1) Esposizione prenatale ad alte dosi di alcol ed effetti sulla salute materno infantile: uno studio di coorte nazionale danese dal 1996 al 2018

[https://www.thelancet.com/journals/lanpub/article/PIIS2468-2667\(22\)00263-8/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lanpub/article/PIIS2468-2667(22)00263-8/fulltext)

In questo studio sono stati utilizzati i dati dei registri nazionali danesi, che comprendono più di 1,1 milioni di nascite, per descrivere le caratteristiche materne e l'associazione tra la forte esposizione prenatale all'alcol e gli esiti ostetrici e del parto.

Le madri esposte ad alte dosi di alcol avevano più patologie psichiatriche, un livello di istruzione più basso e abusavano maggiormente di sostanze e di

tabacco rispetto al gruppo di riferimento. Gli esiti associati alla forte esposizione all'alcol, dopo aggiustamento, sono stati: età gestazionale ridotta, parto pretermine, emorragia in tarda gravidanza, rottura pretermine delle membrane. Sono stati riscontrati rischi, sempre aggiustati, più bassi per l'emorragia postpartum, il diabete gestazionale, il parto cesareo programmato, la pre-eclampsia e l'eclampsia e anomalie durante il travaglio.

2) Forte esposizione prenatale all'alcol e morbilità complessiva: uno studio di coorte nazionale danese dal 1996 al 2018

[https://www.thelancet.com/journals/lanpub/article/PIIS2468-2667\(22\)00289-4/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lanpub/article/PIIS2468-2667(22)00289-4/fulltext)

Anche questo studio ha utilizzato i dati dei registri nazionali danesi per valutare l'associazione tra la forte esposizione prenatale all'alcol della madre e i problemi di salute del nascituro.

Le condizioni con un rischio maggiore erano principalmente associate alle funzioni cerebrali, come convulsioni, ritardo nello sviluppo e disabilità intellettiva; disturbi mentali e comportamentali, come tic e disturbi ipercinetici; infezioni dell'orecchio e del tratto respiratorio e condizioni neonatali (come nascita pretermine e basso peso alla nascita). Una forte esposizione prenatale all'alcol comporta anche un aumento del rischio di esiti avversi alla nascita.

Gli effetti sul feto possono svolgere un ruolo importante nella fisiopatologia di malattie che coinvolgono diversi organi.

Gli autori concludono affermando che i loro risultati mostrano che il cervello e il periodo di sviluppo neonatale sembrano essere particolarmente vulnerabili agli effetti negativi di una forte esposizione prenatale all'alcol.

3) L'effetto del congedo parentale sulla salute mentale dei genitori: una revisione sistematica

[https://www.thelancet.com/journals/lanpub/article/PIIS2468-2667\(22\)00311-5/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lanpub/article/PIIS2468-2667(22)00311-5/fulltext)

La revisione prende in considerazione 45 studi condotti in Paesi ad alto reddito che hanno esaminato la generosità delle politiche di congedo parentale sia riferite alla durata sia alla retribuzione. In generale, è stato osservato un miglioramento della salute mentale tra le donne che vivono in paesi con politiche di congedo parentale più generose. Una maggiore durata del congedo è stata generalmente associata a una riduzione del rischio di cattiva salute mentale materna compresi i sintomi depressivi, il disagio psicologico, il burnout e un minore ricorso all'assistenza sanitaria per questi problemi. Tuttavia, l'associazione tra il congedo dei padri e la loro

salute mentale è stata meno conclusiva, così come l'effetto indiretto dell'uso del congedo parentale sulla salute mentale del partner.

4) Utilizzo del congedo di paternità e depressione parentale post-partum: risultati dello studio di coorte ELFE

[https://www.thelancet.com/journals/lanpub/article/PIIS2468-2667\(22\)00288-2/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lanpub/article/PIIS2468-2667(22)00288-2/fulltext)

Diversi Paesi stanno ampliando le politiche di congedo di paternità, che possono avere effetti positivi sulla salute mentale dei genitori.

Lo studio esamina se 2 settimane di congedo di paternità retribuito sono associate alla depressione post-partum nelle madri e nei padri a 2 mesi dalla nascita del figlio.

Questa ricerca realizzata in Francia ha coinvolto un campione rappresentativo di 10.975 padri e 13.075 madri con un partner idoneo al congedo di paternità. Si è riscontrato che l'utilizzo del congedo di paternità, al netto delle caratteristiche socioeconomiche della famiglia, anche se di breve durata (2 settimane) e l'intenzione di utilizzare il congedo di paternità sono associati a una riduzione della depressione post-partum nei padri.

Si è inoltre riscontrata un'associazione tra l'uso del congedo di paternità e la depressione post-partum delle madri, le quali hanno mostrato un rischio maggiore di depressione post-partum a due mesi dalla nascita del figlio nel caso in cui i loro partner abbiano usufruito del congedo di paternità.

Gli autori, rispetto a quest'ultimo dato controintuitivo, suggeriscono ulteriori indagini per comprendere la durata e la tempistica ottimali del congedo di paternità.

5) Congedo parentale retribuito e salute mentale: l'importanza di una progettazione politica equa

[https://www.thelancet.com/journals/lanpub/article/PIIS2468-2667\(22\)00319-X/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lanpub/article/PIIS2468-2667(22)00319-X/fulltext)

Per accedere al numero di gennaio 2023 della rivista [The Lancet Public Health, January 2023, Volume 8, Issue 1, Pages e1-e84](#)

Vedi anche [Dors | Il congedo parentale giova al benessere mentale di mamme e papà](#)

Promozione della Salute

luisella.gilardi@dors.it