Formazione Area Sanitaria

In questi 10 anni di attività, le attività ascrivibili nell’ambito dell’area sanitaria sono state diverse e per la maggior parte di tipo formativo.

I nostri utenti raramente hanno fatto domanda di prestazioni sanitarie vere e proprie e, in questi casi, sono state soddisfatte attraverso la rete di medici che ci hanno offerto la propria professionalità sempre a titolo puramente volontario.

Sono state richieste o consigliate consulenza ginecologiche e pediatriche, ma anche endocrinologiche, oculistiche, odontoiatriche, psichiatriche, neuropsichiatriche per un approccio il più possibile completo alle problematiche presentate dagli utenti.

 Per-Corsi di Preparazione al Parto:

“Abbiamo scelto la vita”

Dott.ssa Emanuela Lanni

Nella sua attività di consultorio, il Centro Famiglia e Vita ha privilegiato l'attenzione alla famiglia e alla vita nascente anche attraverso la realizzazione di Corsi di Preparazione al Parto specifici per la coppia.

In effetti l’evento nascita ha da sempre comportato un coinvolgimento della comunità sociale, che si è fatta carico di accompagnare la gestante in un momento così determinante della propria esistenza. Negli ultimi 30 anni gli sviluppi della psicologia e della biologia hanno consentito la realizzazione di Corsi di Preparazione al Parto per aiutare le donne a superare eventuali paure e a vivere questa esperienza nella serenità.

Secondo questa concezione, che pone la donna al centro dell’evento parto, tuttavia, si corre il rischio di tralasciare il partner e/o di coinvolgerlo solo in alcuni specifici incontri.

Partendo da una prospettiva personalista e attenta alla famiglia, il CFV ha offerto il proprio contributo alla realizzazione di Corsi di Preparazione al Parto finalizzati al **sostegno della coppia** durante il periodo della gestazione.

La gravidanza vissuta come scelta condivisa, infatti, è un’esperienza che arricchisce la coppia.

Scegliere di intraprendere insieme l’intero corso di preparazione al parto non significa soltanto arrivare preparati all’evento nascita, ma imparare a percorrere il cammino che porta al consolidamento della coppia e alla scoperta della genitorialità.

In questa prospettiva si può capire il significato del termine "Per-Corso", perché i partner che partecipano agli incontri non solo possono apprendere contenuti e strategie efficaci, ma vengono stimolati a mettersi in gioco verso un itinerario di crescita personale e familiare.

# Gli obiettivi del Per-Corso sono:

* **Coinvolgere in questa avventura entrambi i coniugi**, cercando di sostenere la coppia nel percorso di rielaborazione del proprio vissuto legato all’evento nascita.
* Affrontare le tematiche relative agli **aspetti biologici** e alle **dinamiche psichiche** che si mobilitano durante la gravidanza e nel momento del parto.
* Sviluppare e/o rafforzare le attitudini della coppia per raggiungere **competenze genitoriali** che permettano di vivere la maternità e la paternità in modo sereno e responsabile.
* Favorire il **rilassamento** attraverso la tecnica del Training Autogeno.
* Offrire un approccio multidisciplinare che sia finalizzato al **benessere** dei coniugi e della famiglia.

Gli incontri sono tenuti da un'equipe composta da diversi operatori del CFV: psicologa, medico, consulente legale, sociologa specializzata in Scienze del Matrimonio, insegnante del Metodo di Regolazione Naturale della Fertilità Billings, insegnante del Massaggio Infantile AIMI.

Il percorso di articola in 9 incontri di 2 ore ciascuno, con cadenza settimanale e orario serale per permettere la partecipazione dei papà che lavorano anche fino a tardi.

Nella prima parte dell'incontro viene affrontato un tema specifico, utilizzando una metodologia prevalentemente esperienziale (visione di filmati, simulate, confronto in gruppo…), nella seconda parte i partecipanti possono fare esperienza del metodo di rilassamento del Training Autogeno.

Il gruppo viene formato da un massimo di 4/5 coppie per favorire un coinvolgimento attivo di tutti i partecipanti.

Il risultato è che si assiste ad una forte coesione del gruppo: le coppie che partecipano agli incontri si fermano a parlare oltre l'orario, si scambiano recapiti, talvolta organizzano uscite insieme.

Al termine del percorso spesso le coppie chiedono di poter continuare con incontri successivi alla nascita del figlio, e quindi si consiglia loro di partecipare ai "Gruppi di ascolto e dialogo con i neo-genitori".

Gruppi di Ascolto e Dialogo con i Neo-Genitori

Dott.ssa Emanuela Lanni

L'idea di realizzare i "Gruppi di ascolto e di dialogo con i neo-genitori" è nata sulla base dell'esperienza dei Corsi di Preparazione al Parto che si sono tenuti presso il CFV in tutti questi anni. Generalmente i partecipanti sono proprio le coppie che hanno già aderito al Corso di Preparazione al Parto e al termine del quale chiedono di poter continuare con incontri successivi alla nascita del figlio.

Gli obiettivi di questo percorso sono:

* affrontare tematiche relative alle prime fasi di vita e allo sviluppo del bambino;
* favorire il dialogo e il confronto fra neo-genitori su eventuali problematiche riscontrate nella gestione del neonato;
* parlare di argomenti relativi alla genitorialità e ai cambiamenti nelle dinamiche familiari;
* sostenere la coppia affinché possa sviluppare e/o rafforzare attitudini e competenze genitoriali;
* supportare i neo-genitori nella delicata fase del post-partum, per prevenire un'eventuale depressione postnatale.

Infatti, sebbene debbano essere presenti un insieme di fattori bio-psico-sociali per innescare la depressione post-partum, purtroppo oggi non di rado si assiste alla manifestazione di tale patologia, a causa della fragilità e della solitudine che vivono alcuni nuclei familiari.

Studi americani al riguardo confermano che un sostegno fornito alla donna nella fase del puerperio, con la finalità di favorire un attaccamento sano madre-bambino, utilizzando anche il supporto del partner, può prevenire lo strutturarsi di una depressione post-partum.

In tale prospettiva di prevenzione, il Centro Famiglia e Vita ha ideato questo percorso di ascolto e dialogo con gruppi di neo-genitori.

Gli incontri sono tenuti dalla stessa equipe di operatori dei Corsi di Preparazione al Parto: psicologa, medico, consulente legale, sociologa specializzata in Scienze del Matrimonio, insegnante del Metodo di Regolazione Naturale della Fertilità Billings, insegnante del Massaggio Infantile AIMI.

Il percorso di articola in 6 incontri di un'ora e mezza ciascuno, con cadenza mensile e orario serale per permettere la partecipazione anche dei genitori che lavorano fino a tardi.

In ogni incontro viene affrontato un tema specifico, utilizzando una metodologia prevalentemente esperienziale (visione di filmati, simulate, confronto in gruppo…). Nel percorso viene coinvolta non solo la coppia, ma anche il neonato, in modo che i partecipanti possano non solo apprendere contenuti e strategie efficaci, ma sperimentarli subito sul campo, mettendosi in gioco verso un itinerario di crescita personale e familiare.

Il gruppo viene formato da un massimo di 4/5 coppie e dai loro bambini, per favorire un coinvolgimento attivo di tutti i partecipanti.

Il risultato è che spesso si assiste ad una forte coesione del gruppo: le coppie che partecipano agli incontri si fermano a parlare oltre l'orario, si scambiano recapiti, organizzano cene e uscite insieme, allargando quindi la propria rete sociale.

L'unico inconveniente di questo percorso è che talvolta le famiglie non si presentano agli incontri a causa di piccoli malesseri del neonato, quali raffreddori, stati febbrili dovuti a dentizione, vaccinazioni, oppure se le condizioni meteorologiche sono particolarmente avverse (pioggia, freddo, vento…), specialmente quando il neonato è il primo figlio della coppia.

Educazione alla Salute nelle Scuole :

 “Salute? Sì, Grazie!”

Dott.ssa Daniela Notarfonso

Sempre più spesso, i dirigenti scolastici si trovano di fronte a problemi legati a comportamenti sbagliati dei loro studenti in tema di salute: tossico o farmaco dipendenze, alcolismo, disturbi del comportamento alimentare, disordini nella sfera affettivo sessuale, dipendenze da uso del web, dei videogiochi o dei social network.

In diverse situazioni, siamo stati chiamati ad incontrare gli studenti per dare loro l’opportunità di dialogare con dei professionisti su queste problematiche.

Purtroppo in questo particolare ambito abbiamo sempre trovato una certa resistenza nei ragazzi che non si fidano degli adulti, considerati la controparte da tenere a debita distanza, perché non si intrometta nelle loro vite; o degli ipocriti che predicano bene ma non sono in grado di mantenere l’integrità di vita che chiedono (basta vedere l’incidenza dell’uso di droghe o di alcool da figure considerate punti di riferimento per i giovani: uomini dello spettacolo, sportivi, politici) perdendo completamente ogni credibilità.

L’abitudine a navigare del web e a fare ricerche in internet consente loro la sensazione di sapere tutto e di sentirsi in grado di gestire anche eventuali problemi propri e/o dei propri compagni.

Abbiamo tentato di alzare il più possibile il livello dei nostri interventi partendo da fondamenti scientifici solidi per poter parlare innanzitutto alla loro dimensione razionale e cognitiva.

Una volta conquistata la loro fiducia, è stato più semplice entrare in relazione e in un dialogo più coinvolgente che potesse giungere, anche, ad una presa di coscienza più profonda.

Abbiamo fatto diversi tentativi che ci hanno suggerito un coinvolgimento più attivo possibile dei ragazzi.

Prima di cominciare, abbiamo somministrato loro un questionario, nel quale si valutava il loro livello di conoscenza del concetto di salute, di dipendenza; si chiedeva se avevano fatto esperienza di droga e/o di alcool; quanto tempo trascorrevano al computer o su *Facebook* e poi abbiamo chiesto un loro parere sugli argomenti da trattare.

Dopo l’analisi delle risposte abbiamo suddiviso il percorso in due incontri:

* nel primo è stata presentata la salute come una condizione di equilibrio che va continuamente aggiustato e bilanciato per essere mantenuto. Una grande importanza è stata data alla responsabilità personale come indispensabile ad una crescita armonica e per operare scelte per il bene;
* nel secondo si è detto qualcosa sulle dipendenze in generale soffermando l’attenzione sulla dipendenza da web e sul concetto di amicizia, strettamente legato alla frequentazione dei *social network*.

La difficoltà incontrata è legata anche all’esiguità del tempo a nostra disposizione: è difficile parlare di argomenti così delicati ed entrare in una relazione di fiducia in un ora e mezza, con persone mai viste.

I risultati più lusinghieri si sono ottenuti laddove si è creata una stretta sintonia con il corpo insegnanti. Coordinando il lavoro delle materie curricolari tra loro e con gli incontri con gli esperti esterni è stato possibile integrare l’argomento promozione della salute in un discorso globale, più comprensibile e “normale” vissuto con gli adulti di riferimento di cui si ha più fiducia.

Insegnamento del Metodo Billings

di regolazione naturale della fertilità

Dott.ssa Sara Gumiero

L’esperienza dell’insegnamento di questo Metodo di Regolazione naturale della fertilità presso il Centro Famiglia e Vita ha una sua peculiarità nell’accoglienza di coppie con caratteristiche diverse fra di loro.

Nell’arco di questi 10 anni abbiamo incontrato:

**Coppie di fidanzati** che nel tentativo di prepararsi per il sacramento del matrimonio sentono la necessità di confrontare il loro modo di vivere la corporeità, la sessualità, la relazione sessuale con quello del Magistero della Chiesa. Mossi da un percorso di fede si interrogano su come riuscire ad integrare i valori del personalismo cristiano, tipici sacramento del matrimonio, con la concretezza della propria vita.

**Coppie di sposi, che mossi dalla fede,** cercano di conciliare la chiamata all’apertura alla vita e alla paternità responsabile imparando a gestire la propria fertilità. Spesso hanno già dei figlie e hanno la necessità di distanziare una futura gravidanza.

**Coppie di sposi** che dopo una gravidanza**, durante l’allattamento**, hanno bisogno di distanziare l’arrivo di un secondo figlio. Cercano qualcosa che vada oltre la mentalità contraccettiva; che possa ridare vita alla copia; aiutarli a ricreare quell’intimità, quell’accoglienza e dono reciproco che spesso la nascita di un figlio ha incrinato.

Più raramente, **coppie** che per motivi **ecologici** o per patologie fisiche non vuole o non può ricorrere alla contraccezione chimica e vuole apprendere un metodo più salutare per gestire la propria fertilità.

Alla fine del percorso fatto insieme tutti testimoniano una maggiore conoscenza del proprio corpo che rasserena le donne e rende più attenti e sensibili gli uomini. Una maggiore intimità e un dialogo che si apre all’accoglienza della fertilità (prima tanto temuta) come dono da amministrare. Alcuni danno delle testimonianze di fede molto forti. La teoria del Magistero della Chiesa si fa carne, trova il suo profondo significato e la modalità concreta per metterla in atto.

**Coppie che cercano una gravidanza**. Fra di esse alcune spesso non sono molto motivate. Arrivano sfiduciate e stanche. Hanno già fatto parecchi tentativi per ottenere una gravidanza e provano anche questo metodo pensando che sia solo una tecnica come tante altre. Alcune sono già entrate nel “protocollo” dell’inseminazione artificiale e ne sono uscite profondamente segnate e “spersonalizzate”.

In generale, le coppie si sentono appesantite da un fardello tropo grande da portare. Pensano di non essere all’altezza, di non “funzionare bene”, di non riuscire a far rientrare negli standard ufficiali il loro corpo e la loro fertilità. Sono molto medicalizzate e strutturate negli aspetti scientifici che per tanto tempo hanno cercato di capire e seguire, senza successo. Spesso anche il rapporto di coppia comincia a vacillare: i coniugi sono molto tesi; portano con loro una tristezza, una serie di sensi di colpa o di accuse reciproche per scoprire chi è la causa o chi non fa abbastanza per ottenere una gravidanza.

La proposta di iniziare un percorso di conoscenza della propria fertilità a volte viene accolta in modo scettico. Richiede un enorme cambiamento di mentalità. Man mano ciascuno riscopre il suo essere persona, non veicolo di riproduzione. Imparano ad “ascoltare” e a “leggere” i segnali del proprio corpo cercando di capire “come funziona” e non come “dovrebbe funzionare”. Sperimentano che prima di tutto sono una coppia feconda e che la loro fertilità è un dono che come tale può realizzarsi in tempi anche lunghi oppure non realizzarsi per nulla. Ma soprattutto scoprono che essa è solo un aspetto della loro fecondità.

Sperimentano che, grazie al rapporto sessuale, possono ricreare e rinnovare l’unità costituitasi nel sacramento del matrimonio dando alla luce una realtà sempre nuova: la coppia stessa. Questo permetterà loro di accogliere la vita del figlio che verrà come frutto del loro amore e non come il prodotto di una serie di tentativi meccanici. Oppure, nei rari casi in cui dopo il percorso insieme non si sia verificata una gravidanza, a continuare a vivere nella serenità e nell’amore i proprie rapporti di coppia; nel cercare nella loro profonda unione come esprimere la propria fecondità.

Questo servizio alla vita, alla coppia, alla famiglia, che offriamo ci arricchisce enormemente.

 Attraverso l’esperienza di ogni coppia passata al consultorio noi abbiamo visto l’azione di Dio che opera per il bene e la felicità di ogni singola persona. Di come le gioie, le fatiche, i dolori e le sofferenze del vivere quotidianamente un rapporto di coppia possano spalancare orizzonti immensi nell’abbraccio del Dio amore che si china su di noi per dire: <<Ed ecco, era cosa molto buona>>.