

SISTEMA SANITARIO REGIONALE



Parole di PapÃ : nei consultori ASL Roma 4 uno spazio dedicato ai futuri padri

Descrizione

Si riceve e si pubblica

Per lungo tempo la gravidanza Ã stata raccontata esclusivamente dal punto di vista femminile. La madre, con il suo corpo che cambia e la mente che si prepara all'accudimento, Ã stata considerata il fulcro del percorso verso la nascita. Ma oggi, anche il ruolo del padre Ã al centro di una nuova consapevolezza.

Sempre pi¹ uomini desiderano partecipare attivamente alla gravidanza, ma spesso si trovano ad affrontare questo passaggio senza strumenti adeguati, sentendosi impreparati o esclusi da un'esperienza che sembra appartenere solo alla donna.

Per rispondere a questo bisogno, i Consultori della ASL Roma 4 hanno ideato **Parole di PapÃ**, un'iniziativa all'interno dei corsi di accompagnamento alla nascita, pensata esclusivamente per i futuri padri.

A frequentare i corsi preparto sono spesso solo le future mamme ha spiegato la dottoressa Gabriella Lotti, Direttore dei Consultori familiari della ASL Roma 4 come se l'attesa fosse riservata esclusivamente a loro. Fortunatamente oggi i papÃ iniziano a sentirsi legittimati a vivere e condividere anche le proprie emozioni. Diventare padre Ã un viaggio che comincia molto prima del parto, ed Ã giusto che abbia uno spazio dedicato.

Parole di PapÃ si propone proprio come questo spazio: un incontro **riservato ai soli uomini**, guidato da un'ostetrica e da uno psicologo, in un clima accogliente e non giudicante. L'assenza delle partner consente ai partecipanti di esprimersi con maggiore libertÃ , condividendo dubbi, paure, aspettative e vissuti emotivi legati alla nascita e alla nuova identitÃ di padre.

Durante l'incontro vengono affrontati alcuni temi chiave della paternitÃ :

- Come sostenere la partner durante la gravidanza e il parto
- Il ruolo attivo del padre nei primi mille giorni di vita del bambino

- I cambiamenti nella relazione di coppia
- L'importanza della cura quotidiana, affettiva e pratica

Ampio spazio viene dato anche alla sfera emotiva, con l'obiettivo di valorizzare la forza dei piccoli gesti, leggere un libro, cambiare un pannolino, consolare il neonato, come momenti fondamentali nella costruzione del legame padre-figlio.

A conclusione dell'incontro, i papà ricevono un **vademecum pratico**, una semplice guida con **otto azioni quotidiane** per diventare padri presenti, attenti e consapevoli.

Parole di Papà non sono solo un appuntamento informativo, ma un invito concreto a prendersi il proprio spazio nella genitorialità fin dall'inizio del percorso. Un tempo dedicato alla riflessione, alla condivisione e alla crescita personale, per diventare non solo padri, ma genitori coinvolti e presenti.

Per partecipare è sufficiente contattare il Consultorio familiare della ASL Roma 4 più vicino.

L'agone 2024