

SEZIONI CERCA

ABBONATI

PIZZA SURGELATA - TRUMP E LA FINE DELL'AMERICA
Mattia Feltri, Andrea Lucatello, Riccardo Quadrano

ASCOLTA

Blog

informazione pubblicitaria

Benessere familiare come stile di vita
/ di Con I BambiniStar bene è un
viaggio che
inizia fin dai
primi mille
giorni di vita
22 Gennaio
2025 alle
07:15

Segui i temi

famiglia

salute



(a cura di **Daniela Rosas**, responsabile della Comunicazione del progetto Tappe-
Territori Amichevoli, Persone Protagoniste, Esperienze)

Immaginiamo il benessere come meta di un viaggio che inizia prima ancora della nascita e che plasma profondamente la nostra vita. Un viaggio fatto di esperienze uniche, come genitori, come figli e figlie, e che ci guida alla scoperta dell'importanza che hanno per la qualità delle nostre vite, i primi mille giorni, ovvero il tempo che va dal concepimento alla nascita.

È proprio in questo periodo che si gettano le basi per la salute, il benessere e un buon sviluppo. Un periodo delicato e cruciale, in cui il cervello del bambino crea miliardi di connessioni, influenzando il modo in cui pensiamo, sentiamo e interagiamo con il mondo, e il modo in cui lo faremo anche nel futuro.

La ricerca scientifica ha fatto passi da gigante negli ultimi anni, svelandoci un mondo affascinante: quello della vita nel grembo materno e dei primi anni di vita. La giornalista scientifica Annie Murphy Paul, nel suo libro "Origins", spiega come le esperienze vissute nei primi nove mesi di vita possano influenzare il resto della nostra esistenza. Ma la scoperta non si è fermata qui. Gli esperti parlano ora di "primi mille giorni", un periodo ancora più ampio che comprende i primi due anni di vita. In questi primi anni, il bambino è una spugna che assorbe tutto ciò che lo circonda, costruendo le fondamenta della sua personalità e della sua salute.

/ VIDEO DEL GIORNO /



Il benessere: un viaggio a due

Il benessere del bambino è strettamente legato a quello dei genitori. Avere un figlio è un'esperienza meravigliosa, ma anche impegnativa. I genitori si trovano spesso a dover affrontare nuove sfide e preoccupazioni.

Il dottor Filippo Dipasquale, medico specializzato in Neuropsichiatria Infantile e in Psicoterapia, suggerisce quanto sia fondamentale supportare i genitori sin dai primi mille giorni, per fare in modo che le sfide e le preoccupazioni non prevalgano sul piacere di godersi i figli, che è un aspetto fondamentale del benessere familiare. Offrire loro informazioni e supporto, aiutarli a creare un ambiente sicuro e stimolante per i loro figli, è un investimento per il futuro, non solo per migliorare le opportunità di crescita e sviluppo dei singoli, ma anche un investimento a vantaggio di tutta la società.

Nuovi stili di vita

Negli ultimi vent'anni la letteratura scientifica internazionale ha spostato l'attenzione sulla prevenzione, con un chiaro impatto sull'orientamento delle politiche sulla Salute.

Nel documento di indirizzo per i genitori del Ministero della Salute nel 2016 ([primi 1000 giorni di vita](#)) leggiamo quanto i bisogni emergenti della popolazione, negli ultimi anni, si sono progressivamente modificati: sono cambiati gli stili di vita anche dei genitori, delle famiglie, che dipendono dalla situazione economica, dal lavoro, dall'influenza che esercitano i social media.

Si sottolinea l'importanza di mettere a fuoco le principali azioni preventive, di provata efficacia, che possono essere adottate sia dai genitori che dagli operatori sanitari, nonché nelle politiche locali e nazionali e che sono utili a minimizzare i maggiori fattori di rischio e a rafforzare i fattori di protezione nei primi 1000 giorni di vita, poiché "...fattori di rischio e fattori protettivi modellano la salute ed il benessere a breve, medio e lungo termine del bambino/a e dell'adulto/a che sarà...".

Possiamo dunque dire, come suggeriscono gli esperti, che conoscere i fattori di rischio e quelli protettivi nei primi mille giorni di vita diventa non solo una priorità per i genitori ma anche una priorità di salute pubblica. Per questo sempre di più i genitori dovrebbero essere supportati durante questo tempo. Rilevare i segnali da stress del bambino, specie nei primi mille giorni, può produrre effetti di riequilibrio della relazione e, di conseguenza, il crearsi di un ambiente familiare più sereno.

Segui i temi [famiglia](#) [salute](#)

COMMENTA CON I LETTORI

/// LEGGI ANCHE ///

L'aviazione contagia anche un gatto. Cresce il timore in Italia, milioni di galline abbattute

Disastro Oms. Senza gli Usa a rischio la risposta alle emergenze globali

Nove diritti per promuovere e garantire la salute delle donne detenute

L'allarme della prestigiosa rivista Lancet: "La disinformazione è diventata una minaccia sociale"

/// HOME ///



Trump, Putin, Xi: il ritorno degli Imperi che si spartiscono il pianeta

Stati Uniti, Russia e Cina stanno tornando a un modello old style, in cui le superpotenze si confrontano e si dividono le sfere d'influenza, imponendo la loro volontà ai paesi più deboli.

Mala tempora currunt

/ di Gianni Del Vecchio

GANGS OF USA

Capitol Hill è una ferita infetta nel corpo d'America

/ di Carlo Renda

BORN IN THE USA

L'America che nega lo ius soli, cioè sé stessa

/ di Giulia Belardelli

Il braccio teso di Musk forse non è fascismo. Forse è peggio. Chi è il Cesare Rosso a capo di una teocrazia americana

/ di Adalgisa Marrocco

Scegli di capire.

FUTURO

USCITA DI SICUREZZA

VIDEO

NEWSLETTER

LIFE

FINTECH

BLOG

PARLA CON NOI

TERRA

PODCAST

Seguici



[Chi siamo](#) [Contatti e segnalazioni](#) [Pubblicità](#) [Cookie Policy](#) [Privacy](#)
GEDI Digital S.r.l. - Via Ernesto Lugaro 15, 10126 Torino - Partita IVA 06979891006