



In gravidanza si tende spesso a dare molte attenzioni solo alle madri, tralasciando i padri, ma non andrebbe mai dimenticato che buona parte del "lavoro" è stata svolta proprio dal futuro papà. Anche loro sono coinvolti come le loro compagne e quindi non andrebbero mai sottovalutate le loro emozioni, nonostante non vivono il cambiamento fisico, evidente nella mamma dato il pancione e l'embrione che prende forma e vita grazie alla donna.

Fatta questa premessa, è naturale che è la mamma che si trova a vedere dei cambiamenti fisici ma anche psicologici. Infatti sono molto frequenti cambi di umore, momenti di crisi, panico, ulteriore stress che rendono questi mesi delicati anche se belli allo stesso tempo, con emozioni uniche per la nascita del proprio piccolo.

Il ruolo del papà è molto importante, soprattutto è essenziale che stia vicino alla mamma e che insieme affrontino questo momento bello e nuovo per entrambi.

Ogni futura mamma ha bisogno di sostegno, soprattutto dal proprio compagno. E dunque, come deve comportarsi il futuro papà? Spesso essi compiono delle azioni, anche se molte volte involontariamente, che vanno a turbare e infastidire le future mamme.

Uno dei comportamenti che possono irritare le gestanti è il non partecipare alle attività domestiche. Infatti, per essere sereni e tranquilli in questo periodo, i partners potrebbero proporsi per preparare il pranzo o la cena o ancora pulire le diverse stanze della casa.

Un consiglio importantissimo per i futuri papà è quello di non mancare agli appuntamenti importanti: ecografie, corso parto quando si parlerà del ruolo dei papà e in altri eventi. Altri suggerimenti sono: di ascoltare la partner nei momenti in cui ha bisogno di sfogarsi e di essere sempre attenti alle sue necessità dimostrando comprensione e magari accompagnandola per i negozi quando si tratta di fare delle scelte importanti per prodotti per l'infanzia.

Mamme Domani | Futuri papà, il loro ruolo durante la gravidanza è importante

Scritto da Mary

Venerdì 08 Settembre 2017 19:12

Seguendo questi consigli, magari con un bel libro su ciò che avviene in gravidanza, si tratterà di una dolce attesa per entrambi i futuri genitori; non solo per le mamme, ma anche per i papà.