



L'**arrivo di una gravidanza** è un momento molto intimo, particolare, che induce cambiamenti e reazioni differenti in ogni donna. Ciò che si prova talvolta è indescrivibile; chi è mamma lo sa bene e chi sta per diventarlo sta elaborando un mix di sentimenti ed emozioni che vanno dalla felicità alla gioia ma vi è anche la paura di vivere una situazione inaspettata e di sentirsi impreparate.

Anche **comunicare l'arrivo di una gravidanza** non è semplice. E oggi, anno 2015, in molte scelgono modalità insolite, a volte non molto condivisibili perchè poco riservate. Molte infatti utilizzano il mondo del web, e danno la notizia tramite i social network, facebook e twitter in primis. E non solo, queste piattaforme vengono utilizzate sempre più spesso in tutti i nove mesi della gravidanza, in cui in maniera poco adatta vengono condivise foto, video, pensieri e momenti che sarebbe bene non spifferare ai quattro venti.

Questo accade perchè il mondo della comunicazione con il web è cambiato: un nuovo mondo, quello virtuale, si affianca a quello reale, e spesso vanno di pari passo fino a confondersi. Però mamme, attenzione, non tutto ciò che state vivendo va fotografato e mostrato al mondo intero!

Proviamo a dare qualche consiglio allora, qualche regola di bon ton, in particolare per l'utilizzo del social network più abusato: **facebook**. Come utilizzarlo in questi mesi se si è particolarmente dipendenti? Da premettere però che un giusto utilizzo andrebbe effettuato sempre e non solo in gravidanza, ma in questi mesi ancora di più. In ballo infatti vi è soprattutto la privacy del piccolo che non è ancora venuto al mondo.

Ad esempio, la foto della prima ecografia come foto profilo andrebbe bandita, sia per l'intimità che verrebbe così facendo lapidata, ma anche perchè potrebbe dare fastidio agli "amici" di facebook. Avete mai pensati agli altri utenti che vorrebbero avere un bambino e invece non ci riescono?

Bisognerebbe anche evitare di parlare con un gergo da gravidanza utilizzando termini come DPP (data presunta parto) e quant'altro o ancora, evitare tutti gli update legati ai problemi che si possono avere durante la gravidanza, dalle nausee mattutine ai problemi di incontinenza. Inoltre evitate di lamentarvi per l'aumento del peso e i piedi ingrossati; in gravidanza è tutto nella norma.

Non ammorbate neppure gli altri utenti con tutti i consigli sullo shopping per il neonato, sul nome da dare al bimbo ed evitate foto che vi ritraggano nude con il pancione in bella vista. In particolare, niente telecronaca tra la rottura delle acque ed il parto, fermate il vostro partner!

Quindi, godetevi il momento, concentratevi sul piccolo e sulla vostra nuova vita! Tutto il resto è superfluo...