

# AMBITI INTERVERTO

Dott.ssa Sebastiana Pappalardo



- Consulenza biologica e genetica della riproduzione
- Prevenzione pre concepimento
- La prevenzione della salute della coppia e del feto
- Diagnostica integrata
- Nutrizione pre e post gravidanza

La salute della persona parte da lontano e rispecchia le abitudini di vita dei propri genitori.

L'ambiente della prima infanzia, in particolare la dieta materna durante la gravidanza, ma anche l'apporto dello stile di vita del padre fumatore o obeso, influenzano un'ampia gamma di organi e sistemi nella prole adulta. Risulta sempre più evidente da studi scientifici di genetica ed epigenetica che la programmazione evolutiva può essere influenzata dalla salute fisica e mentale dei progenitori.

Gli **effetti transgenerazionali** possono essere definiti come quelli che persistono nella seconda generazione (i figli) ed anche nella terza generazione (i nipoti).

**Comprendere questo e fare prevenzione per un corretto stile di vita con l'aiuto di professionisti come ginecologi, genetisti, psicologi e pediatri può diminuire se non anche eliminare il rischio nel tempo.**

**Una corretta alimentazione basata sulle proprie predisposizioni genetiche, un uso moderato di alcol e fumo, un moderato esercizio fisico e minore stress psicologico sono buone premesse per una sana gravidanza**