

CHECK LIST COUNSELING BILANCIO SALUTE PRE-CONCEZIONALE

STILI DI VITA SANI	ALIMENTAZIONE	Sono state valutate le abitudini alimentari della donna/coppia	<input type="checkbox"/>
		E' stata promossa un'alimentazione varia ed equilibrata, normocalorica, ricca di frutta e verdura di stagione, di pesce e povera di grassi e zuccheri semplici	<input type="checkbox"/>
		E' stata illustrata e discussa con la coppia la piramide alimentare	<input type="checkbox"/>
		E' stato consigliato di contenere l'assunzione di caffeina (max. 200 mg/die)	<input type="checkbox"/>
		E' stato valutato un adeguato apporto di iodio	<input type="checkbox"/>
		E' stato promosso l'utilizzo di sale iodato nell'ambito di un'alimentazione a ridotto contenuto di sale (max 5 g/die)	<input type="checkbox"/>
		Sono state affrontate le problematiche legate ad un'eccessiva assunzione di metil-mercurio e gli alimenti consigliati per limitarne l'assunzione	<input type="checkbox"/>
		La donna è stata resa edotta sui possibili effetti teratogeni derivanti da un'eccessiva assunzione di vitamina A e gli alimenti che ne contengono alte quantità (<i>es. fegato e derivati</i>)	<input type="checkbox"/>
		E' stata valutata l'eventuale assunzione di multivitaminici o altri preparati contenenti vitamina A	<input type="checkbox"/>
	ATTIVITÀ FISICA	Sono stati promossi i principi di educazione, igiene e sicurezza alimentare	<input type="checkbox"/>
		E' stata valutata l'attività fisica della coppia	<input type="checkbox"/>
		E' stata illustrata e discussa con la coppia la piramide dell'attività fisica	<input type="checkbox"/>
		E' stata promossa regolare attività fisica aerobica	<input type="checkbox"/>
		E' stato affrontato il tema dell'attività fisica agonistica	<input type="checkbox"/>
		E' stata data informazione sui possibili effetti negativi di sostanze anabolizzanti dopanti sulla salute riproduttiva	<input type="checkbox"/>
NOTE			
LINK	www.salute.gov.it/imgs/C_17_pubblicazioni_3120_allegato.pdf https://www.efsa.europa.eu/it/topics/topic/caffeine https://www.efsa.europa.eu/sites/default/files/corporate_publications/files/efsaexplainscaffeine150527it.pdf www.salute.gov.it/portale/temi/p2_6.jsp?id=5520&area=stiliVita&menu=alimentazione https://www.issalute.it/index.php/la-salute-dalla-a-alla-z-menu/p/piramide-alimentare#la-piramide-alimentare-italiana www.cuore.iss.it/prevenzione/attivita https://www.salute.gov.it/portale/donna/dettaglioContenutiDonna.jsp?area=Salute+donna&id=4468&lingua=italiano&menu=prevenzione		

ACIDO FOLICO	Sono state spiegati i rischi connessi ad una folatemia non adeguata	<input type="checkbox"/>
	Sono stati illustrati gli alimenti ad alto contenuto di folati	<input type="checkbox"/>
	E' stata consigliata/prescritta la supplementazione di acido folico	<input type="checkbox"/>
	E' stata consigliata l'assunzione continuativa fino alla fine del terzo mese di gravidanza	<input type="checkbox"/>
	Sono state escluse condizioni che richiedono un dosaggio superiore all'usuale	<input type="checkbox"/>
NOTE		
LINK	https://www.epicentro.iss.it/acido-folico/ www.salute.gov.it/imgs/C_17_pubblicazioni_3120_allegato.pdf	

FUMO	È stata valutata l'abitudine al fumo e l'esposizione al fumo passivo	<input type="checkbox"/>
	Sono stati discussi gli esiti/effetti negativi sulla salute riproduttiva, sulla gravidanza e sulla salute di donna/coppia e bambino	<input type="checkbox"/>
	E' stata esplorata la volontà di smettere di fumare per coppie fumatrici e, nel caso, si è indirizzato a Servizi dedicati	<input type="checkbox"/>
ALCOL	E' stata valutata l'assunzione di bevande alcoliche	<input type="checkbox"/>
	Sono state fornite informazioni circa gli effetti negativi dell'assunzione di alcol sulla salute riproduttiva, sulla gravidanza, la salute della donna/coppia e del bambino	<input type="checkbox"/>
	In caso di abuso, si sono date indicazioni circa i Servizi dedicati	<input type="checkbox"/>
SOSTANZE ILLEGALI	E' stato valutato l'eventuale uso di sostanze illegali	<input type="checkbox"/>
	Sono stati spiegati gli effetti negativi sulla salute riproduttiva, sulla gravidanza, sulla salute della donna e del bambino delle sostanze assunte	<input type="checkbox"/>
	Si è raccomandato di posticipare la gravidanza in caso di assunzione	<input type="checkbox"/>
	Si sono fornite indicazioni circa i Servizi dedicati	<input type="checkbox"/>
NOTE		
LINK	https://www.salute.gov.it/portale/fumo/dettaglioContenutiFumo.jsp?lingua=italiano&id=5583&area=fumo&menu=vuoto#:~:text=L'effetto%20principale%20riguarda%20la,e%20morbilit%C3%A0%20perinatale%20e%20infantile. www.salute.gov.it/imgs/C_17_pubblicazioni_3120_allegato.pdf https://milleggiorni.info/tematiche/fumo/	

VACCINAZIONI	E' stato verificato lo stato di immunizzazione della donna nei riguardi di morbillo, rosolia e varicella	<input type="checkbox"/>
	La donna è stata informata dei possibili effetti negativi di queste patologie sul nascituro e sulla sua salute, se contratte in gravidanza	<input type="checkbox"/>
	La donna non immune è informata su: <ul style="list-style-type: none"> - importanza della vaccinazione - tempi di somministrazione del ciclo vaccinale rispetto al concepimento (completamento del ciclo almeno un mese prima del concepimento) - controindicazione in gravidanza. La somministrazione accidentale del vaccino a gravidanza già avviata comunque non rappresenta in sé un'indicazione all'interruzione di gravidanza 	<input type="checkbox"/>
	E' stato verificato lo stato vaccinale per epatite B e, nel caso, consigliata la vaccinazione	<input type="checkbox"/>
	Le donne HbSAg positive sono informate sulle modalità per evitare di contagiare il partner e prevenire la trasmissione verticale	<input type="checkbox"/>
NOTE		
LINK	https://www.salute.gov.it/portale/vaccinazioni/dettaglioContenutiVaccinazioni.jsp?lingua=italiano&id=4809&area=vaccinazioni&menu=fasce www.salute.gov.it/imgs/C_17_pubblicazioni_3120_allegato.pdf https://www.epicentro.iss.it/itoss/	

SOTTOPESO/SOVRAPPESO OBESITÀ	E' stata spiegata l'importanza del normopeso e le possibili ripercussioni sulla salute riproduttiva e sulla gravidanza di sottopeso e sovrappeso/obesità	<input type="checkbox"/>
	E' stato valutato lo stato nutrizionale della donna	<input type="checkbox"/>
	E' stata verificata l'aderenza a stili di vita sani	<input type="checkbox"/>
	Se del caso, è stato incoraggiato il raggiungimento di un BMI adeguato anche ricorrendo, se necessario, a percorsi assistenziali specifici	<input type="checkbox"/>
	E' stata discussa l'opportunità di pianificare la gravidanza al raggiungimento di un peso ottimale	<input type="checkbox"/>
MALATTIA CRONICA	La donna con malattia cronica (diabete, ipertensione, disfunzione tiroidea, epilessia, ecc.) è stata informata su: <ul style="list-style-type: none"> - i rischi sulla salute riproduttiva di un mancato controllo della patologia specifica - l'opportunità di pianificare la gravidanza a stabilizzazione del quadro clinico - la possibilità di modulare il trattamento scegliendo farmaci compatibili con la gravidanza 	<input type="checkbox"/>
	La donna con malattia cronica segue percorsi specialistici al fine di ottimizzare il quadro clinico e il trattamento farmacologico	<input type="checkbox"/>
	Le donne con epilessia sono informate sulle possibili interazioni tra contraccettivi ormonali e alcuni farmaci antiepilettici	<input type="checkbox"/>
	La donna è in una situazione di eutiroidismo	<input type="checkbox"/>
STORIA OSTETRICA	E' stata valutata la storia riproduttiva della donna/coppia	<input type="checkbox"/>
	la donna è stata informata che una storia di due o più aborti spontanei consecutivi o pregresse patologie della gravidanza e morte perinatale, parto pretermine, restrizione della crescita fetale, parto cesareo per motivi fetali necessitano di approfondimenti specialistici	<input type="checkbox"/>
	Sono fornite indicazioni sul rischio di ricorrenza	<input type="checkbox"/>
	È stata valutata l'opportunità di consulenza genetica	<input type="checkbox"/>
	Sono state indagate eventuali problematiche ginecologiche (mutilazioni genitali femminili, malformazioni uterine ecc.)	<input type="checkbox"/>
		<input type="checkbox"/>
MALATTIE GENETICHE / CROMOSOMOPATIE	E' stata verificata l'eventuale presenza di malattie genetiche o cromosomiche nella coppia e nelle loro famiglie	<input type="checkbox"/>
	E' stata verificata l'eventuale consanguineità	<input type="checkbox"/>
	La donna/coppia è informata sui potenziali rischi correlati all'età avanzata	<input type="checkbox"/>
	La coppia è stata informata sui test pre-concezionali per l'esclusione della condizione di portatore sano di emoglobinopatie o altre condizioni in relazione alla storia personale e familiare.	<input type="checkbox"/>
	Se del caso, la coppia è stata indirizzata a consulenza genetica	<input type="checkbox"/>
	La coppia è informata su potenzialità e limiti delle/dei: <ul style="list-style-type: none"> - analisi genetiche pre-concezionali - test diagnostici prenatali, invasivi e non invasivi con particolare riferimento alle aneuploidie cromosomiche - indagini ecografiche per i difetti congeniti 	<input type="checkbox"/>
		<input type="checkbox"/>
INFEZIONI SESSUALMENTE TRASMESSE	In riferimento alle infezioni sessualmente trasmesse (HIV, sifilide e Clamydia) la coppia è stata informata su: <ul style="list-style-type: none"> - modalità di trasmissione - tecniche di prevenzione - possibili implicazioni sulla salute riproduttiva 	<input type="checkbox"/>
	E' stato consigliato/prescritto il test per sifilide e HIV	<input type="checkbox"/>
	E' stata valutata l'opportunità di eseguire il test per l'infezione da Clamydia nelle condizioni a rischio	<input type="checkbox"/>

SALUTE MENTALE	E' stata esplorata la sussistenza di un eventuale disagio psichico della donna/coppia	<input type="checkbox"/>
	E' stata valutata la presenza di disturbi mentali in eventuali gravidanze precedenti (es. depressione post-partum o altri disturbi affettivi, disturbi d'ansia, disturbi psicotici, ecc.)	<input type="checkbox"/>
	E' stata verificata la sussistenza di fattori predittivi e di eventuali rischi (socio-demografici, psicologici, ostetrici, pediatrici) per depressione post-partum	<input type="checkbox"/>
	Se del caso, la coppia è stata indirizzata verso Servizi specialistici	<input type="checkbox"/>
BENESSERE PSICOLOGICO	E' stata posta attenzione al benessere psicologico, alle relazioni di coppia, alla gestione dei conflitti e alla violenza domestica	<input type="checkbox"/>
	Sono state date informazioni circa la rete di offerta dei servizi per il percorso nascita ed esplorata la facilità di accesso	<input type="checkbox"/>
	Sono stati discussi con la coppia problematiche legate alla pianificazione familiare	<input type="checkbox"/>
SALUTE ORALE	E' stata promossa la salute orale	<input type="checkbox"/>
	E' stata promossa un'educazione alimentare finalizzata alla prevenzione delle carie	<input type="checkbox"/>
	E' stata discussa l'importanza di controlli periodici delle condizioni orali	<input type="checkbox"/>
NOTE		
LINK	www.salute.gov.it/imgs/C_17_pubblicazioni_3120_allegato.pdf	

ESPOSIZIONE SOSTANZE NOCIVE	FARMACI	La donna è stata informata sulla necessità di consultare il medico di fiducia prima di assumere qualsiasi farmaco anche da banco o preparati ritenuti "naturali", quali erbe officinali, omeopatici, integratori, multivitaminici, ecc.	<input type="checkbox"/>
		La donna è resa edotta che in caso di una nuova terapia deve avvertire il medico prescrittore dell'intenzione di avviare a breve una gravidanza o comunque di non escluderla	<input type="checkbox"/>
		La donna è stata informata sull'opportunità di iniziare qualsiasi trattamento farmacologico elettivo successivamente alla comparsa del ciclo mestruale	<input type="checkbox"/>
		In caso di trattamenti per patologie croniche la donna è informata sulla possibilità di modificare la terapia in atto nel caso di assunzione di farmaci non compatibili con la gravidanza	<input type="checkbox"/>
	INQUINANTI	Sono state fornite indicazioni specifiche per la riduzione del rischio di esposizione ad inquinanti indoor, ivi compreso il fumo di terza mano	<input type="checkbox"/>
		Sono state fornite indicazioni specifiche per la riduzione del rischio di esposizione ad inquinanti outdoor	<input type="checkbox"/>
		La donna è stata informata sull'opportunità di evitare l'esposizione a sostanze nocive (es. pesticidi)	
NOTE			
LINK	www.salute.gov.it/imgs/C_17_pubblicazioni_3120_allegato.pdf www.salute.gov.it/imgs/C_17_opuscoliPoster_330_allegato.pdf www.salute.gov.it/portale/documentazione/p6_2_5_1.jsp?lingua=italiano&id=283 www.milleggiorni.info/ www.aifa.gov.it/sites/default/files/Opuscolo_F&G_web.pdf		

EQUITA'	Si è prestata attenzione a forme di disagio psicosociale della donna/coppia e della famiglia	<input type="checkbox"/>
	Si è prestata attenzione a fattori socio-demografici (quali giovane età, basso reddito, basso titolo di studio, donne straniere, ecc.)	<input type="checkbox"/>
	E' stata attivata la mediazione linguistica-culturale per donne straniere che non comprendono la lingua	<input type="checkbox"/>
	Sono affrontati temi di salute sessuale e riproduttiva con donne straniere (es. mutilazioni genitali femminili)	<input type="checkbox"/>
NOTE		
LINK	https://www.salute.gov.it/portale/donna/dettaglioContenutiDonna.jsp?area=Salute%20donna&id=4499&menu=societa	

ESAMI	La donna ha eseguito gli esami LEA pre-concezionali consigliati	<input type="checkbox"/>
	Il partner ha eseguito gli esami LEA pre-concezionali LEA consigliati	<input type="checkbox"/>
	Sono stati consigliati, se del caso, esami supplementari	<input type="checkbox"/>
NOTE		
LINK	http://mtom.regione.fvg.it/storage//2018_723/Allegato%201%20alla%20Delibera%20723-2018.pdf	

NB: I riferimenti (link) potrebbero subire modificazioni e aggiornamenti dopo la stesura del presente documento (settembre 2022)