Interventi di sostegno alla genitorialità per prevenire i problemi internalizzanti nei bambini e negli adolescenti: una revisione sistematica e una network meta-analisi

Data di inserimento	25/02/2026
Anno	2026
Domanda di ricerca	Gli interventi di sostegno alla genitorialità rivolti ai genitori di bambini/ragazzi sono efficaci nella riduzione dei disturbi internalizzanti? E quale è l'impatto sul disturbo dovuto ai tempi/liste di attesa per l'avvio del trattamento abituale?
Quello che conta	I disturbi internalizzanti sono una specifica categoria caratterizzata da difficoltà emotive e comportamentali. Infatti sono contraddistinti da sintomi di ipercontrollo. Il termine "internalizzante" indica proprio che i problemi in questione sono sviluppati e mantenuti all'interno. La revisione analizza i vari tipi di intervento precoce (ossia effettuato durante i primi anni di vita del bambino) di supporto alle competenze dei genitori. Gli studi valutavano interventi rivolti ai genitori dei bambini comparandoli con gruppi di controllo che usufruiscono di un trattamento abituale o dell'inserimento in liste d'attesa.. La presente revisione sistematica ha incluso 62 studi randomizzati controllati (RCT), di cui 59 sono stati oggetto della network meta-analisi: gli studi inclusi analizzavano vari tipi di interventi di sostegno alla genitorialità rivolti a genitori con bimbi di età inferiore ai 4 anni, sono stati realizzati dal 1997 a ottobre 2022, hanno coinvolto 28.265 genitori, "reclutati" all'interno degli ospedali, dei centri/servizi per l'infanzia, della comunità, e si sono svolti in 18 Paesi (la maggior parte negli Stati Uniti e Paesi Bassi). La maggior parte degli studi ha riguardato gli effetti degli interventi sull'aumento dei comportamenti positivi dei genitori e/o sulla prevenzione dei problemi comportamentali dei bambini, solo 6 (il 10%) ha analizzato l'impatto gli interventi in termini di prevenzione dei problemi internalizzanti o di aumento del benessere emotivo dei bambini. La revisione inoltre analizza l'influenza dell'intervallo temporale dovuto all'inserimento dei bimbi nelle liste di attesa sanitarie. Gli effetti degli interventi sono stati rilevati misurando in vari momenti del percorso fattori quali i problemi internalizzanti ed esteriorizzanti dei bambini, i sintomi depressivi e il senso di auto-efficacia dei genitori. Le Conclusioni della revisione e meta-analisi dicono che: - Rispetto ai trattamenti abituali rivolti ai bambini, gli interventi a supporto delle competenze dei genitori sono risultati più efficaci nel ridurre i problemi internalizzanti dei figli, in particolare gli interventi con focus sulla relazione diadica e gli interventi "misti" o "integrati". - Gli effetti positivi non venivano mantenuti nel lungo periodo, risultando attenuati ai follow up (monitoraggio/verifica dei risultati nel tempo) realizzati dopo più di 3 anni dall'intervento. - E' stata rilevata una evidenza forte rispetto al peggioramento dei sintomi nei bambini inseriti nelle liste di attesa, con una forte correlazione tra l'aumento dei problemi internalizzanti e l'aumento del tempo intercorso tra la diagnosi e l'avvio del trattamento. - E' stata rilevata una evidenza debole rispetto ai risultati riguardanti i genitori, quali il miglioramento dell'auto-efficacia nei genitori come esito di tutte le tipologie di intervento di supporto genitoriale, e la riduzione dei sintomi depressivi dopo interventi di tipo domiciliare. - Sono stati individuati 63 specifici componenti dell'intervento come potenziali fattori che ne influenzano l'efficacia, raggruppati in 14 cluster quali ad esempio: comportamenti, psicoeducazione/informazione, supporto sociale, relazioni, aspetti cognitivi, tecniche proattive, ecc. Non è stato possibile però rilevare alcuna correlazione statistica.

Caveat	Nonostante la robustezza delle evidenze a supporto dei risultati rilevati con la meta-analisi, gli autori avvisano che tali risultati dovrebbero essere interpretati con cautela a causa dell'alto rischio di bias della maggior parte degli studi analizzati. Tra i limiti citati, che si aggiungono alla qualità delle evidenze disponibili: la difficoltà di esplorazione dei fattori/componenti degli interventi dovuta a descrizioni scarne, la valutazione degli esiti spesso di tipo narrativo ossia basata sulle osservazioni riferite dai partecipanti, la soggettività della classificazione degli interventi, le incertezze derivanti dalla scelta dell'intensità/lunghezza o del setting del trattamento, il contesto di svolgimento rappresentato quasi in toto da Paesi ad alto reddito che riduce la generalizzazione dei risultati.
Contesto	I disturbi internalizzanti in età evolutiva sono tra i più diffusi nel mondo e rappresentano un importante fattore di rischio per lo sviluppo di psicopatologie in età adulta. La tipologia di disturbi internalizzanti più comune sono i disturbi d'ansia e depressivi. Queste condizioni spesso comportano bassa autostima, difficoltà nelle relazioni sociali e difficoltà scolastiche; sono frequentemente affiancati a ritiro sociale e problemi psico-somatici (mal di stomaco, mal di testa, vertigini, ecc). Sviluppare interventi preventivi efficaci nei primi anni di vita dei bambini può migliorare la qualità di vita dell'intera famiglia con benefici più ampi a livello sociale ed economico. Nel 2022 l'ONU ha dichiarato che la prevenzione/riduzione di tali disturbi deve essere l'"esito prioritario" degli interventi di supporto genitoriale durante i primi anni di vita. Per i programmi di supporto genitoriale maggiormente utilizzati è stata dimostrata una evidenza robusta nel ridurre questo tipo di problemi nei bambini (4 meta-analisi realizzate fino al 2020), ma non ci sono attualmente linee guida autorevoli. Gli autori evidenziano che le precedenti meta-analisi si erano concentrate esclusivamente sulle modalità di realizzazione degli interventi (in presenza o on line), su specifici destinatari (ad esempio bambini con lesioni cerebrali), o su specifiche tipologie di interventi, ma nessuno aveva confrontato l'efficacia di questi interventi, o esplorato i fattori di efficacia, come è stato fatto in questa network meta-analisi (NMA), che ha selezionato 59 dei 62 studi inclusi.
Implicazioni per la pratica	I risultati della meta-analisi rappresentano la miglior base di evidenze a cui fare riferimento per orientare le decisioni cliniche degli operatori riguardanti l'intervento psicologico a supporto dei genitori di bambini e ragazzi con disturbi internalizzanti. Data la complessità degli interventi di supporto genitoriale (visite domiciliari; interventi di co-parenting ossia collaborazione anche tra genitori non conviventi o separati; corsi di formazione sulle competenze genitoriali; interventi con genitori e figli con focus sulla relazione diadica; programmi misti o multicomponenti; ecc) è difficile dire con precisione quale fattore/componente è determinante nel produrre gli effetti. **Negli interventi di tipo relazionale l'elemento chiave per una maggiore efficacia si è rivelato il lavoro in presenza col coinvolgimento contemporaneo di genitori e figli,** in linea con la letteratura precedente: si può ipotizzare un meccanismo di cambiamento per cui i genitori hanno più propensione a "mettere in pratica" le competenze genitoriale direttamente con i propri figli, in un ambiente supportivo, usufruendo del feedback tra un incontro e l'altro – con probabili risvolti in termini di miglioramento dell'auto-efficacia e dell'attaccamento genitore-figlio. I risultati della meta-analisi, inoltre, dovrebbero orientare le decisioni organizzative da parte dei dirigenti e dei politici: gli autori evidenziano che i tempi di attesa non solo ritardano l'avvio dell'intervento, ma producono attivamente danni (*effetto nocebo*, ossia l'insorgenza/peggioramento di un sintomo o effetti collaterali, dovuto alle aspettative negative, ansia, timore, in assenza di terapia o con terapia inefficace).
Giudizio di qualità revisione	La revisione è stata registrata su PROSPERO La valutazione con HEALTH EVIDENCE Quality Assessment Tool ha riportato un giudizio di qualità moderata (punteggio 7/10).
Riferimento bibliografico revisione	Costantini I, López-López JA, Caldwell D, Campbell A, Hadjipanayi V, Cantrell SJ, Thomas T, Badmann N, Paul E, James DM, Cordero M, Jewell T, Evans J, Pearson RM. Early parenting interventions to prevent internalising problems in children and adolescents: a global systematic review and network meta-analysis. BMJ Ment Health. 2023 Oct;26(1):e300811. doi: 10.1136/bmjment-2023-300811. PMID: 37907332; PMCID: PMC10619111 https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/instance/10619111/bin/bmjment-2023-300811supp001.pdf (link alle Tabelle, tra cui Tabelle 6 e 7 con i fattori di influenza sull'efficacia degli interventi)

Parole chiave	- famiglia - interventi precoci - terapia familiare - infanzia - adolescenti - genitori - salute mentale - ansia - interventi psicosociali -
Aree di intervento	- salute mentale - prima infanzia -
Setting	- comunitario - sanitario - ambiente domestico -
Outcome	Riduzione dei disturbi ansiosi e depressivi nei primi anni di vita attraverso interventi di supporto/rinforzo competenze genitoriali
Sintesi e traduzione	Sintesi e traduzione a cura di Rita Longo, Dors - Regione Piemonte Revisione a cura di Marco Martorana, Università del Piemonte Orientale