

## 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	<p>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.</p> <p>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..</p> <p>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).</p> <p>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.</p> <p>La revisione inoltre analizza l'influenza dell'intervallo temporale dovuto all'inserimento dei bimbi nelle liste di attesa sanitarie.</p> <p>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.</p> <p><u>Le Conclusioni della revisione e meta-analisi dicono che:</u></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- 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".</li><li>- 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.</li><li>- 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.</li><li>- 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.</li><li>- 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.</li></ul>
------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

---

Caveat	<p>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.</p> <p>Tra i limiti citati, che si aggiungono alla qualità delle evidenze disponibili: la difficoltà di esplorazione dei fattori/componenti degli interventi dovuta a descrizioni scarse, 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.</p>
--------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

---

Contesto	<p>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.</p> <p>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).</p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p>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.</p>
Implicazioni per la pratica	<p>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.</p> <p>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. <b>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</b>, 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.</p> <p>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 (<i>effetto nocebo</i>, ossia l'insorgenza/peggioramento di un sintomo o effetti collaterali, dovuto alle aspettative negative, ansia, timore, in assenza di terapia o con terapia inefficace).</p>
Giudizio di qualità revisione	<p>La revisione è stata registrata su PROSPERO</p> <p>La valutazione con HEALTH EVIDENCE Quality Assessment Tool ha riportato un giudizio di qualità moderata (punteggio 7/10).</p>
Riferimento bibliografico revisione	<p>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. <a href="https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/articles/instance/10619111/bin/bmjment-2023-300811supp001.pdf">Early parenting interventions to prevent internalising problems in children and adolescents: a global systematic review and network meta-analysis</a>. <i>BMJ Ment Health</i>. 2023 Oct;26(1):e300811. doi: 10.1136/bmjment-2023-300811. PMID: 37907332; PMCID: PMC10619111 <a href="https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/articles/instance/10619111/bin/bmjment-2023-300811supp001.pdf">https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/articles/instance/10619111/bin/bmjment-2023-300811supp001.pdf</a> (link alle Tabelle, tra cui Tabelle 6 e 7 con i fattori di influenza sull'efficacia degli interventi)</p>
Parole chiave	- interventi precoci - bambini e adolescenti - depressione - genitori - ansia -
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

---