



## La denatalità

Adele Fabrizi\* e Mattia Di Scola\*\*

\*Psicologa, psicoterapeuta, didatta e supervisore dell'Istituto di Sessuologia Clinica, Roma, Psycho-Sexologist (ECPS)

\*\*Psicologo in formazione

La denatalità, ovvero il declino del tasso di natalità, è una questione significativa per le società moderne, in particolare per l'Italia. Recenti dati ISTAT (2023) rivelano che il livello di nascite nel nostro paese ha raggiunto un minimo storico, con solo 7,6 parti per 1.000 persone. Questa tendenza pone serie sfide per la stabilità del paese, determinando potenziali squilibri nel mercato del lavoro, cali nella crescita economica e soprattutto maggior onere sul sistema socio-sanitario.

A livello globale, tendenze simili sono osservate in molti paesi sviluppati: il tasso di fertilità globale è dimezzato, passando da 5,0 nascite per donna nel 1950 a 2,5 nel 2023 (World Bank, 2023).

Il declino dei tassi di natalità è influenzato da una serie articolata di fattori biologici, psicologici, sociali e sessuali che si intrecciano in un insieme di condizioni che, appunto, sfavoriscono la riproduzione degli individui. Da un punto di vista biologico la denatalità è stata collegata a particolari condizioni fisiologiche, ai cambiamenti nello stile di vita moderno, inclusa una maggiore esposizione alla tecnologia e agli stressors ambientali come le radiazioni (Mascarenhas et al., 2012; Shamloul & Ghanem, 2013) ed a condizioni che ostacolano significativamente la riproduzione naturale, come malformazioni degli organi genitali o i cosiddetti disturbi sessuali.

L'infertilità è un fattore biologico critico che contribuisce al fenomeno: secondo l'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS), colpisce circa 48 milioni di coppie in tutto il mondo (fonte ANSA, 2023). L'infertilità maschile, spesso derivante da un basso numero di spermatozoi o da una scarsa qualità di questi ultimi, rappresenta quasi la metà di tutti i casi; quella femminile, invece, può derivare da condizioni come la sindrome dell'ovaio policistico (PCOS), l'endometriosi o le ostruzioni tubariche.

Anche i problemi di salute sessuale rappresentano una barriera significativa alle intenzioni riproduttive delle persone. Tali tipologie di condizioni, che si differenziano dalle difficoltà sessuali presenti in maniera situazionale e transitoria, contribuiscono a ridurre notevolmente l'attività sessuale e la fertilità (Nimbi et al., 2021). A livello globale, la prevalenza delle disfunzioni sessuali e il loro impatto sulla fertilità sono questioni riconosciute che richiedono interventi completi per la salute sessuale e riproduttiva soprattutto nei giovani (Basson, 2018). La Disfunzione Erettile, ad esempio, contribuisce notevolmente all'infertilità della coppia non solo nell'ostacolare una corretta penetrazione ma al contempo riducendo la frequenza dei rapporti e la soddisfazione sessuale, creando un circolo vizioso che influisce negativamente sui risultati riproduttivi. Tale disturbo colpisce circa il 20% degli uomini di età pari o superiore a 40 anni ed è comunemente associata a condizioni come il diabete, l'ipertensione e le malattie cardiovascolari (Shamloul & Ghanem, 2013). L'aumento della prevalenza di DE è collegato anche a fattori di stile di vita come una dieta povera, la mancanza di attività fisica e lo stress, in aggiunta a fattori di rischio come il consumo di alcool, il fumo e l'uso di sostanze stupefacenti.



Tra i disturbi sessuali femminili invece, oltre a quelli relativi ad interesse sessuale/eccitazione ed orgasmo, troviamo i disturbi da dolore sessuale (Simonelli, C., Fabrizi, A., Rossi, R., & Tripodi, F. (2020), che possono contribuire in maniera significativa alla riduzione dei tentativi di riproduzione. La vulvodinia, una condizione di dolore cronico che colpisce la regione vulvare, interessa fino al 16% delle donne (Harlow et al., 2014) e può influire gravemente sulla funzione riproduttiva e sulla dinamica dei rapporti sessuali in generale. Altre condizioni come la dispareunia (dolore durante il rapporto sessuale) e il vaginismo (contrazione involontaria dei muscoli vaginali) possono determinare una riduzione delle probabilità di riproduzione rendendo l'attività sessuale dolorosa o difficile.

Tuttavia, per esplorare a fondo il fenomeno della denatalità è fondamentale considerare che i fattori biologici si intrecciano costantemente con dinamiche socio-relazionali, norme culturali ed influenze psicosessuali in continua evoluzione. Riconoscendo la natura multidimensionale della questione, è quindi opportuno attribuire un ruolo rilevante al contesto socio-economico ed ai modelli sessuali dominanti nelle diverse culture.

Ad esempio, recenti ricerche mostrano come le condizioni economiche influenzino significativamente le decisioni riproduttive (ILO, 2023). In Italia le prolungate recessioni economiche e gli alti tassi di disoccupazione giovanile hanno creato insicurezze finanziarie che scoraggiano i giovani adulti dal formare una famiglia. Il mercato del lavoro precario e la mancanza di un reddito stabile rendono difficile la pianificazione a lungo termine, portando molti a posticipare o rinunciare ad avere figli (Eurostat, 2023; Istat, 2023). A livello globale, si osservano tendenze simili, dove l'instabilità economica correla con la riduzione dei tassi di natalità, come osservato in altri paesi europei ed in alcune parti dell'Asia (OECD, 2020). I paesi con politiche di genere più eque, come il congedo parentale esteso o l'assistenza all'infanzia accessibile, tendono ad avere tassi di natalità più alti, evidenziando quindi l'importanza della componente economica come potenziale deterrente o incentivo alla procreazione. Al contrario, la mancanza di tali politiche di supporto in Italia aggrava la difficoltà di gestire entrambi i ruoli (Neyer, 2013).

Un'altra variabile estremamente significativa, che continua ad influire fortemente sul calo della natalità, è la diffusione del concetto di parità di genere nella società moderna: i ruoli di genere tradizionali, che storicamente posizionavano le donne principalmente come casalinghe e/o caregiver, vengono sempre più messi in discussione nella cultura occidentale. Mentre in passato erano viste perlopiù come dipendenti dai mariti, con limitate opportunità di sviluppo personale o professionale al di fuori della famiglia (Matysiak, Sobotka, & Vignoli, 2021), oggi invece, in Italia ed in altri paesi sviluppati, le donne hanno maggiore autonomia ed accesso all'istruzione, migliori opportunità di carriera ed un coinvolgimento completo nella vita sociale. Questo cambiamento ha permesso alla donna di poter scegliere tra il concentrarsi sullo sviluppo professionale o iniziare una famiglia, piuttosto che costringerla al ruolo di madre, come da concezioni culturali precedenti. Infatti, la maggiore partecipazione alla forza lavoro ha contribuito al ritardo nella procreazione poiché molte danno priorità alla carriera e alla stabilità finanziaria prima di considerare la maternità (Goldscheider, Bernhardt, & Lappegård, 2015). Inoltre, il doppio carico di responsabilità professionali e domestiche può effettivamente portare ad un notevole stress, rendendo particolarmente complicato il bilanciamento tra vita lavorativa ed impegni familiari. Livelli elevati di ansia, stress e depressione influenzano negativamente la fertilità e la salute sessuale, portando a tassi di natalità più bassi. La ricerca indica che migliorare il supporto per la salute mentale e le strategie di riduzione degli stressors può avere un impatto positivo sui comportamenti riproduttivi (Siegrist & Marmot, 2006). L'abbandono dei ruoli di



genere tradizionali, che riflette anche cambiamenti più ampi nelle norme e nei valori sociali, porta le giovani generazioni a dare priorità alla realizzazione personale e all'uguaglianza nelle relazioni, ritardando il pensiero del matrimonio e della procreazione. Questi cambiamenti di atteggiamento sono cruciali per comprendere le dinamiche della denatalità nelle società moderne (Esping-Andersen, 2016).

Il progressivo superamento degli stereotipi di genere contribuisce alla diffusione di un concetto di sessualità più aperto, consapevole e meno connesso a credenze o tabù, che determina un cambiamento nei modelli e nelle pratiche sessuali più diffuse. Tali modificazioni, rimodellando l'intero contesto socio-relazionale moderno, determinano un profondo impatto sulle dinamiche demografiche. In Italia, come in molte altre parti del mondo, le generazioni più giovani sono più inclini verso forme non tradizionali di relazioni e comportamenti sessuali, che spesso non prioritizzano la procreazione (Basten, Sobotka, & Zeman, 2013). L'aumento dell'accettazione e della pratica di relazioni non tradizionali, quali ad esempio i rapporti poliamorosi o la convivenza senza matrimonio, riflette un significativo allontanamento dalle strutture familiari tradizionali. Tale tipologia di rapporti spesso danno priorità alla realizzazione personale e alla libertà sessuale rispetto alla procreazione, spingendo verso un cambiamento culturale che valorizza la felicità individuale e l'espressione personale, evidente in molti paesi sviluppati, inclusa l'Italia (Lesthaeghe, 2010).

La convivenza è diventata sempre più comune tra i giovani italiani, che tendono a vederla come un accordo più flessibile e meno vincolante rispetto al matrimonio. Allo stesso modo, l'aumento dell'accettazione delle relazioni omosessuali ha ampliato la definizione di famiglia e di partnership, spesso separando le relazioni sessuali dall'aspettativa di avere figli (Gato, J., Leal, D. & Coimbra, S. 2020).

In aggiunta, è possibile osservare una crescente accettazione del sesso occasionale ed una forte normalizzazione dell'attività sessuale al di fuori delle relazioni impegnate; mentre in passato svariate culture, influenzate anche da principi religiosi, ritenevano immorale il sesso senza procreazione, portando ad una maggiore tendenza a praticare attività sessuali principalmente con l'obiettivo di riprodursi piuttosto che per mero piacere. Il cambiamento moderno è guidato da diversi fattori, inclusa l'influenza dei media, la trasformazione degli atteggiamenti sociali ed una maggiore autonomia sessuale tra gli individui (Twenge, Sherman, & Wells, 2017). La disponibilità di app di incontri e piattaforme di social media ha facilitato gli incontri sessuali occasionali, rendendo più facile per gli individui impegnarsi in attività sessuali che non mirano assolutamente alla riproduzione.

Il sesso occasionale infatti non dà priorità alla procreazione, pone l'enfasi sulla gratificazione sessuale personale e può facilmente portare ad una riduzione delle gravidanze pianificate. Questa tendenza è evidente in Italia, dove le giovani generazioni si impegnano sempre più in rapporti sporadici che ritardano le relazioni impegnate, riducendo così la probabilità di avere figli. Il posticipo di una relazione stabile ha un impatto significativo sia sui tassi di fertilità, in quanto con il passare degli anni le persone tendono ad incontrare maggiori difficoltà biologiche nell'avere figli (l'età media della menopausa è di circa 51 anni ma la fertilità comincia a diminuire già a partire dai 30 anni, con una diminuzione più marcata dopo i 35 anni), che sul numero di figli concepiti, poiché le coppie tendono ad averne meno quando iniziano ad averli più tardi nella vita. Per cui, man mano che gli individui si concentrano sul raggiungimento della stabilità e degli obiettivi personali, la finestra per una fertilità ottimale si restringe, portando ad un calo dei tassi di natalità.



Anche la disponibilità diffusa e l'uso della contraccezione hanno senza dubbio rivoluzionato le pratiche di salute riproduttiva in tutto il mondo, con implicazioni di vasta portata sui tassi di natalità e le dinamiche sociali. In particolare, le moderne tecnologie contraccettive, che vanno dai contraccettivi ormonali, ai dispositivi intrauterini (IUD), fino alla contraccezione d'emergenza, permettono agli individui di esercitare maggiore autonomia sulle proprie scelte riproduttive. (UNFPA, 2019). I metodi contraccettivi, una volta visti attraverso una lente ristretta o stigmatizzata entro certi costrutti sociali, hanno superato i propri vincoli storici: il paesaggio contemporaneo li riconosce come un aspetto fondamentale della salute riproduttiva, promuovendo iniziative di educazione sessuale e consapevolezza globale. Questo cambiamento di paradigma ha facilitato una comprensione più sfumata delle opzioni contraccettive e delle loro implicazioni, limitando i pregiudizi e promuovendo decisioni informate. Contribuisce a tale diffusione la tendenza a definire i metodi contraccettivi non solo come utili a prevenire gravidanze non desiderate, ma anche come essenziali per ridurre il rischio di infezioni sessualmente trasmissibili (IST).

Osserviamo dunque un empowerment nella prevenzione che permette agli individui di ritardare o rinunciare ad avere figli in base alle aspirazioni personali e professionali. In Italia, l'accesso alla contraccezione e all'educazione sessuale è migliorato, contribuendo a tassi di natalità più bassi poiché gli individui possono prendere decisioni informate sulla loro salute riproduttiva (Caltabiano, Castiglioni, & Rosina, 2009). Un contesto del genere consente agli individui di fare scelte informate riguardo ai loro percorsi riproduttivi, allineando le aspirazioni personali con i cambiamenti sociali più ampi, trascendendo i tabù storici e abbracciando una cultura di alfabetizzazione sulla salute sessuale.

Per concludere, la crescente consapevolezza dell'importanza del sesso e della salute riproduttiva ha favorito un cambiamento culturale più ampio, che promuove una visione più inclusiva e aperta della sessualità umana. Questo spostamento verso una prospettiva più progressista non solo ha contribuito a ridurre stereotipi e tabù legati alla sessualità, ma ha anche favorito una maggiore accettazione della diversità di esperienze e identità sessuali. Pur garantendo significative conseguenze sui tassi di natalità nel mondo, un ambiente "comprensivo" facilita gli individui nel prendere decisioni consapevoli e informate riguardo alla procreazione.

Tuttavia, nonostante i progressi compiuti, rimangono sfide significative da affrontare, tra cui garantire un accesso universale ai servizi di salute sessuale e riproduttiva, ridurre le disuguaglianze di genere e affrontare le disparità socioeconomiche che possono influenzare le scelte riproduttive degli individui.

Affrontare il tema della denatalità richiede un impegno collettivo per superare gli ostacoli e creare un ambiente in cui tutti possano godere pienamente dei loro diritti, contribuendo così a costruire società più sane in cui ogni individuo può scegliere liberamente quando e se procreare, garantendo equilibrio ed inclusività per le generazioni future attraverso strategie complete di supporto economico, servizi di salute mentale, politiche di genere equitative ed interventi migliorati per la salute e l'educazione sessuale.

#### **Bibliografia:**

- ANSA. (2023, April 4). OMS: Una persona su 6 nel mondo soffre di infertilità. ANSA.it. Retrieved from



[https://www.ansa.it/canale\\_saluteebenessere/notizie/sanita/2023/04/04/oms-una-persona-su-6-nel-mondo-soffre-di-infertilita\\_3600c5f3-06ae-485d-9d7d-7e458749b32f.html](https://www.ansa.it/canale_saluteebenessere/notizie/sanita/2023/04/04/oms-una-persona-su-6-nel-mondo-soffre-di-infertilita_3600c5f3-06ae-485d-9d7d-7e458749b32f.html)

- Basson, R. (2018). Sexual health of women with low sexual desire and arousal disorder. *The Journal of Sexual Medicine*, 15(4), 483-496.
- Basten, S., Sobotka, T., & Zeman, K. (2013). Future fertility in low fertility countries. *Vienna Yearbook of Population Research*, 9-24.
- Caltabiano, M., Castiglioni, M., & Rosina, A. (2009). Lowest-low fertility: Signs of a recovery in Italy? *Demographic Research*, 21, 681-718.
- Esping-Andersen, G. (2016). Families in the 21st century. *Sociologica*, 10(2), 1-10.
- Eurostat. (2023). *Statistics Explained: Fertility rates in Europe*. Retrieved from Eurostat.
- Gato, J., Leal, D., & Coimbra, S. (2020). Psychological adjustment and needs of LGBT older adults: A systematic review of the literature. *Clinical Gerontologist*, 43(4), 331-343.
- Goldscheider, F., Bernhardt, E., & Lappegård, T. (2015). The gender revolution: A framework for understanding changing family and demographic behavior. *Population and Development Review*, 41(2), 207-239.
- Harlow, B. L., Stewart, E. G., & Selvi, B. (2014). Prevalence and predictors of chronic lower genital tract discomfort. *Obstetrics & Gynecology*, 104(5), 934-939.
- International Labour Organization (ILO). (2023). *Low fertility in a labor market context: A comparative analysis*. International Labour Organization.
- ISTAT. (2023). *Natalità e fecondità della popolazione residente*. Retrieved from <https://www.istat.it/it/archivio/250099>
- Istat. (2023). *Demographic indicators*. Retrieved from Istat.
- Lesthaeghe, R. (2010). The unfolding story of the second demographic transition. *Population and Development Review*, 36(2), 211-251.
- Lutz, W., Sanderson, W., & Scherbov, S. (2004). *Demographic Change and Economic Growth: Simulations on the Implications of Population Decline*. *Population and Development Review*, 30(2), 241-266.
- Mascarenhas, M. N., Flaxman, S. R., Boerma, T., Vanderpoel, S., & Stevens, G. A. (2012). National, regional, and global trends in infertility prevalence since 1990: A systematic analysis of 277 health surveys. *PLoS Medicine*, 9(12), e1001356.
- Matysiak, A., Sobotka, T., & Vignoli, D. (2021). The Great Recession and fertility in Europe: A sub-national analysis. *European Journal of Population*, 37(1), 29-64.
- Neyer, G. (2013). *Welfare states, family policies, and fertility in Europe*. *Stockholm Research Reports in Demography*.
- Nimbi, F. M., et al. (2021). Psychological Dimensions in Human Sexual Health and Behavior. *Frontiers in Psychology*. Retrieved from *Frontiers in Psychology*.
- OECD. (2020). *Fertility trends: Decline and convergence*. Retrieved from OECD.
- Shamloul, R., & Ghanem, H. (2013). Erectile dysfunction. *The Lancet*, 381(9861), 153-165.
- Siegrist, J., & Marmot, M. (2006). Psychosocial risk factors in home and community settings and their associations with population health and health inequalities: A systematic meta-review. *BMC Public Health*. Retrieved from *BMC Public Health*.



- Simonelli, C., Fabrizi, A., Rossi, R., & Tripodi, F. (2020). *Sessuologia clinica: Diagnosi, trattamento e linee guida internazionali*. Franco Angeli. ISBN: 9788891787835.
- Twenge, J. M., Sherman, R. A., & Wells, B. E. (2017). Declines in sexual frequency among American adults, 1989–2014. *Archives of Sexual Behavior*, 46(8), 2389-2401.
- United Nations Population Fund (UNFPA). (2019). *Contraception*. Retrieved from <https://www.unfpa.org/contraception>.
- World Bank. (2023). *Fertility rate, total (births per woman)*. Retrieved from <https://data.worldbank.org/indicator/SP.DYN.TFRT.IN>.