

Ritorno alla natura

di **Angela Frasca** (da "Fuori dalla Rete" – Ottobre 2016, Anno X, n.4)



La maternità è per la gran parte delle donne il dono più speciale che si possa ricevere dalla vita. Prospettive, progetti, scelte, tutto viene vissuto sotto un'ottica differente. Il corpo e le sensazioni cambiano dal momento del concepimento, noi donne vediamo il nostro corpo e il nostro umore modificarsi continuamente, soffriamo di nausea, bruciore di stomaco, insonnia, stanchezza...insomma, nonostante la gioia infinita, la donna si ritrova ben presto a sacrificarsi come solo una mamma sa fare.

Nel nostro bel paesello, una donna comincia a pensare alla gravidanza dal giorno del matrimonio: non perché ci pensi realmente, ma perché chiunque, anche chi non conosci, ti chiede: "e ora quando fai un figlio?". Se hai più di trenta anni, la domanda è leggermente diversa: "quando ti sbrighi a fare un figlio?". Nonostante l'istinto

ci spinga ad essere altrettanto maleducati, a molte di noi è capitato di morderci la lingua e sorridere, perché in fondo chi rivolge queste domande ad una donna, ventenne, trentenne, sposata da pochi minuti o qualche anno, è una persona priva della minima sensibilità. A prescindere dalla indelicatezza, forse a molte, scoperto di avere un embrione nel grembo, sarà capitato di non sentirsi adeguate, di avere paura, perché mettere al mondo un bimbo è una responsabilità seria. Tuttavia è pur sempre uno degli eventi più naturali che possa capitare ad una donna e ad una coppia. La gravidanza è uno stato fisiologico del tutto normale, non certo una patologia, come qualche volta sembra. Purtroppo però, cadere in uno stato mentale ansioso è molto semplice e comune, anche perché veniamo letteralmente bombardate da un elenco infinito di test statistici e diagnostici, esami, ecografie, flussimetrie, ecc. ecc. che denaturalizzano talvolta la dolce e fisiologica attesa. Non mangiare questo, non ti abbassare, non viaggiare in auto, non ti docciaire sempre, cammina, non camminare, non ingrassare...anche se dovrebbe essere naturale concepire e partorire, è facile cedere alla convinzione che "dobbiamo stare sempre sotto controllo".

Ben vengano tutti i test di screening, gli esami e i controlli, ma credo, alla luce della mia esperienza, che forse la profilassi che si mette in atto sia piuttosto artificiosa ed esagerata. La donna incinta è come una ragazza che si sta per sposare: disposta a spendere qualunque cifra pur di appagare le ansie legate alla dolce attesa. Non riesco a non pensare all'esperienza di mia madre e della gran parte delle donne bagnolesi degli anni 70, inizi anni 80, che hanno partorito in casa, con l'aiuto della "mammana", senza aver mai effettuato un'ecografia, o addirittura all'esperienza di mia nonna, che ha rotto le acque a Sazzano e poi si è avviata a piedi a Bagnoli per partorire!!!! Ascoltare queste storie mi fa sorridere e al tempo stesso riflettere su quanto possa essere stato difficile, doloroso e anche pericoloso la mancanza totale dei controlli. Tuttavia, sempre dai racconti delle nostre nonne, non ho mai percepito la minima preoccupazione o ansia legata al parto.

Ovviamente mi ritengo molto fortunata a non vivere i mesi di gestazione e il parto come hanno fatto loro, ad essere assistita in ogni momento della mia gravidanza. Sono contenta di poter sapere come stia crescendo il piccolo, mi sento al sicuro, protetta e efficientemente seguita. Qualunque donna dovrebbe godere del diritto di mettere al mondo una creatura con tutta l'assistenza necessaria. Solo

penso sarebbe più utile alla nostra serenità vivere questo magico momento che madre natura ci ha donato con maggiore scioltezza. Non abbiamo la salute delle nostre nonne, molte di noi neanche l'età. La gran parte di noi concepisce dopo i trenta, anche dopo i quaranta anni, quando il corpo femminile ahimè non è più nella massima forma. Non mangiamo il cibo sano di una volta e dobbiamo giustamente prestare più attenzione a quello che ingeriamo. Ma lasciamoci andare alla gioia e alla forte energia positiva di questo evento. Evitiamo di informarci eccessivamente e farci allarmare dagli articoli della rete, spesso fonte solo di angosce. Il progresso in ambito sanitario ci ha messo a disposizione tanti utili strumenti, utilizziamoli per vivere una gravidanza in salute con spirito sereno, in attesa anche della prossima fatidica domanda: “quando gli darai un fratellino o una sorellina?!?”