

La gravidanza dopo il parto e le difficoltà del puerperio

Categoria : RUBRICA MEDICA

Publicato da [D.N.](#) in 5/1/2009

Spesso l'esperienza della gravidanza viene presentata e descritta a compartimenti stagni, in modo esclusivamente idealizzato e romantico. Una sorta di evento fantastico, decontestualizzato e incontaminabile, isolato nel tempo e nello spazio, che dura nove mesi, che ha inizio con il concepimento e si conclude ed esaurisce con il parto e la nascita di una nuova vita. La stessa attenzione della famiglia e della comunità è solitamente concentrata sulla gestazione in quanto tale, sulle trasformazioni che la donna sperimenta per quaranta settimane e sul timore di eventuali rischi e imprevisti.

Così, una volta che il parto è avvenuto, che il bambino è nato, la festa può cominciare. Si può tirare un sospiro di sollievo. Se la mamma e il neonato stanno bene non è più motivo per preoccuparsi. Parenti e amici accorrono in ospedale, accalcandosi al letto della puerpera con macchine fotografiche, fiori, cioccolatini e consigli su come vestire, accudire e allattare il nuovo arrivato.



Il più sembra fatto. D'ora in poi, pensano in molti, sarà una gioiosa passeggiata.

Il mass media in questo senso giocano oggi un ruolo fondamentale. L'immagine di bambini appena nati e già puliti, sereni, sorridenti e pettinati, domina gli spot commerciali e campeggia sui cartelloni pubblicitari. Mamme fiere e appagate vengono intervistate già una settimana dopo il parto sfoggiando una linea e una forma persino migliore di quella che le caratterizzava prima della gravidanza. Tutto sembra bello. Tutto appare facile.

Le cose, in realtà, non stanno sempre così. Per molte donne e per molte coppie il difficile viene proprio adesso. Proprio quando non se lo aspettano. Anzi, quando tutti "pretendono" da loro solamente entusiasmo e felicità.

In realtà la nascita di un figlio – evento di per sé straordinario e ricco di speranze – comporta anche una serie di profondi e delicati sconvolgimenti fisici, psicologici, sociali.

Soprattutto significa l'’inizio di una nuova vita non solo per il diretto interessato ma anche per la madre, la coppia, e più in generale per tutta la sua famiglia. Una vita che naturalmente porterà con sé gioie e soddisfazioni, ma inevitabilmente anche ostacoli e difficoltà da gestire e superare.

Questa intrinseca complessità di ogni vita si sarà sviluppata per nove mesi insieme al feto e si manifesterà da subito dopo la sua nascita. Dal primo istante. Dal primo respiro. Dal momento in cui quel bambino immaginario che per nove mesi è stato idealizzato dai propri genitori prende forma, acquista un volto, diventando carne e ossa. Trasformandosi in qualcosa di autonomo e indipendente. Un corpo, un'identità, tangibile, con delle misure, delle proporzioni, dei lineamenti.

Il neonato occupa uno spazio, fisico ed emotivo; si manifesta con un pianto e un sorriso; porta con sé dei bisogni e quindi delle richieste. Richieste d'attenzione, d'affetto, di nutrimento, di rassicurazione e di riscaldamento. Richieste di conforto. Richieste di accompagnamento. Richieste che, in forme differenti a seconda delle diverse fasi di vita, proseguiranno nel tempo.

Di fronte a questa novità – incarnata nel bambino “reale”, finalmente venuto al mondo, e nei suoi molteplici significati – sono ovviamente i genitori a dover rispondere per primi. Sono loro ad essere repentinamente chiamati a ridefinire sé stessi. E questo sia in termini personali, padre e madre come individui singoli, che come coppia. E naturalmente come triade, ossia come famiglia. È un compito affascinante. Una meravigliosa sfida destinata a completarli come donne e come uomini. Ma certo non è una dolce passeggiata lineare come spesso appare sui giornali e sul piccolo schermo.

Sin dalle prime ore di vita del neonato, dubbi e incertezze, dette e non dette, paure ancestrali, si mescolano a gioia, euforia e appagamento, nella mente e nel cuore della stragrande maggioranza dei nuovi genitori. Fattori fisici e ormonali, psicologici ed emotivi, sociali e culturali, si intersecano formando un labirinto di piccole-grandi trappole e insidie da cui alla fine si può uscire più forti e arricchiti ma anche profondamente confusi e feriti.

E proprio in questo contesto, dopo le primissime ore successive al parto - che generalmente vedono la donna stanca, provata fisicamente, ma euforica e appagata dalla consapevolezza di “avercela fatta” – potranno subentrare in lei, come un fulmine a ciel sereno, sentimenti misti di ansia e malinconia (si parla di “baby-blues”), se non addirittura autentiche psicosi puerperali, fino a stati di vera e propria depressione con sentimenti di amore-odio nei confronti del neonato.

Il secondamento – e quindi l'espulsione della placenta – determina infatti un rapido crollo nella produzione di ormoni come estrogeni e progesterone. Ne consegue un quasi automatico calo dell'umore che spesso, anche nei casi non patologici, si traduce in disturbi

del sonno, insofferenza e pianti apparentemente immotivati e improvvisi.