

1. LA NASCITA TRA STORIE E CREDENZE

1. La nascita all'inizio del '900

Al momento della nascita è sempre stata presente una figura che aiutava la donna in quest'evento. È stata chiamata comare, levatrice od ostetrica, in ogni caso è una figura che le sta vicino, come se fosse la "custode" del parto.

Dalla comare alla levatrice. All'inizio del secolo scorso alla figura consolidata nel tempo della comare si contrapponeva quella della levatrice. Iniziò così un lungo percorso che vide evolvere la figura di chi assisteva al parto: dalla donna del popolo, spesso analfabeta, la comare, alla donna istruita dalla classe medica, la levatrice. Alcuni riconoscevano ancora nelle "comari" delle donne esperte, dalla lunga pratica e dalla manualità sicura; tuttavia altri le definivano delle "temerarie, idiote, zotiche, prive di genio e di gusto per lo studio". Ecco perciò come tra i compiti delle levatrici vi erano anche quelli di estirpare i numerosi pregiudizi e di introdurre i moderni concetti d'igiene e prevenzione delle malattie infettive legate al parto. Le levatrici erano figure ben accettate dalle giovani partorienti, desiderose di migliori garanzie di salute e aperte alle novità mediche, mentre le donne anziane e le suocere preferivano che fossero le ultime "comari" ad assistere ai parti delle loro figlie e delle nuore. La levatrice, in fondo, era un'estranea: spesso proveniva da altri paesi, era "mandata dal Comune" e possedeva una diversa cultura essendo portatrice di idee "nuove" che, molte volte, si scontravano

con la vecchia tradizione locale. Ad ogni modo, bastavano alcuni parti ben condotti perché scendesse sulla levatrice un tacito consenso, anche se ancora velato da un po' di diffidenza.

L'ostetrica "secondo gli uomini". Per alcuni uomini del '900 la levatrice era una donna degna di rispetto per il suo ruolo sanitario, ma per altri era una donna che, essendo spesso senza famiglia propria, poteva essere avvicinata con facilità e ricevere richieste di tipo sessuale. Questo forse accadeva poiché lei era disponibile a viaggiare con i mariti delle partorienti, di solito in astinenza sessuale da mesi, con i mezzi più disparati, lungo strade appartate e nascoste nelle ore più diverse del giorno e della notte, per raggiungere la casa della partoriente. Situazioni, spesso, interpretate come presupposti di "disponibilità" a un approccio sessuale.

Il parto in casa. L'ostetrica, per assistere la partoriente, si serviva di una stanza preparata per l'occasione del parto e del suo strumentario contenuto in una "misteriosa" borsa. Quando l'ostetrica si recava nelle case di campagna e i bimbi la vedevano arrivare, si diceva loro che sarebbe nato un fratellino e che era proprio l'ostetrica a portarlo, custodito fino a quel momento nella sua capiente borsa. Arrivata nella casa della partoriente, l'ostetrica si preoccupava che la nascita avvenisse nelle migliori condizioni igieniche. Uno dei problemi delle case di quel tempo era il riscaldamento della camera, nella quale spesso era collocata una piccola stufa a legna, magari prestata per l'occasione, e quindi assente nei giorni precedenti e successivi. L'ostetrica metteva poi sul comò tutto il contenuto della sua borsa e chiedeva di far bollire un'abbondante quantità di acqua, dove immergeva gli strumenti per il parto. Altro problema era la preparazione del letto: se era robusto, l'ostetrica disponeva il materasso di traverso, doppiandolo in modo che vi fosse una parte alta e una bassa. La donna si poneva sulla parte più alta, a gambe aperte, in modo che

il neonato fosse accolto nella parte più bassa. La donna, per spingere, si teneva stretta ai ferri posti lateralmente sotto le reti, oppure era aiutata dai familiari che le stavano accanto. Il letto andava “fatto” con biancheria pulita e con una tela cerata impermeabile per trattenere le “acque” e il sangue che fuoriuscivano durante il parto. Per fare una grossolana misura delle perdite, sotto le natiche della donna si poneva, a volte, una bacinella di smalto oppure di coccio. Talvolta era sistemata un’asse direttamente tra il materasso e la rete del letto, in alcuni casi, invece, erano usati dei normali materassi di lana oppure vi erano quelli morbidi in piuma o in foglie di pannocchia di granoturco. A fianco del letto era posta la culla per il neonato, ricavata dai cesti per il pane costruiti in vimini o in rami di salice intrecciati. Alcuni possedevano una vera culla che, se priva di sostegno, era posta sopra due sedie sistemate una di fronte all’altra. Dentro la culla c’era un telo assorbente imbottito o un cuscino sottile che serviva da materassino. Tutto era pronto per la nascita.

La borsa dell’ostetrica. Le mansioni dell’ostetrica, alla fine dell’800, erano mirate quasi esclusivamente alla pulizia, disinfezione e prevenzione delle infezioni: molte scuole sostenevano che “la miglior levatrice fosse la più pulita”.

La borsa dell’ostetrica doveva contenere: grembiule, spazzola per le mani, stetoscopio, termometro, sonda di gomma per l’estrazione dell’urina, irrigatore vaginale e mezzi di disinfezione (acido borico, sapone e cotone). Unico strumentario presente erano due forbici, una per il taglio del funicolo e un’altra per la cura delle unghie.

Nel 1914 l’obiettivo prioritario rimaneva sempre l’assistenza asettica; nella borsa si aggiungevano cuffia, guanti, alcool, tintura di iodio, acido acetico, permanganato di potassio, nitrato d’argento, cotone e garza, ma anche nuovi

strumenti quali: due pinze emostatiche, una forbice retta per tagliare le garze, un rocchetto di seta per la legatura del funicolo, un bastoncino di vetro per instillare collirio, un enteroclisma e una provetta per l'esame delle urine.

L'assistenza dell'ostetrica al parto tra l'800 e il '900 era limitata alla sola disinfezione e osservazione, poi, dal 1940 quando nella sua borsa comparvero nuovi strumenti, l'assistenza diventò più specifica e anche più autonoma.

Dal 1940, infatti, la borsa doveva contenere anche un rasoio di sicurezza e dei cateteri vescicali. Lo strumentario comprendeva speculum vaginale, pinze da zaffamento, emostatiche e da medicazione, siringa di vetro per iniezioni ipodermiche, enteroclisma con bacinella e cannule per aspirare il muco del neonato. I medicinali consentiti erano ergotamina, nitrato d'argento, soluzione di protargolo o argirolo e olio canforato.

2. La nascita nelle credenze popolari

La maternità, da sempre, ha generato una serie di credenze alimentate da antiche tradizioni e mode del momento. A volte rallegrano altre, invece, creano confusione e preoccupazione. Cerchiamo di fare un po' di chiarezza.

La donna incinta deve mangiare per due. Molte nonne, ma anche alcune mamme, sono convinte che in gravidanza, essendo in due, si debba mangiare il doppio. In realtà non è così: si dovrebbe mangiare due volte meglio, cioè apportare con l'alimentazione il corretto quantitativo di alimenti per sé e per il feto. Alle future mamme si consigliano alimenti che compensino le maggiori esigenze di proteine (es. carne, pesce, uova, legumi), di calcio (es. latte, latticini, vegetali a foglia verde scuro, cereali) e di vitamine (es. verdure e frutta).

Se la donna mangia di più, e ingrassa esageratamente, non

solo fatica a smaltire i chili di troppo dopo il parto, ma sviluppa con maggiore probabilità ipertensione e diabete in gravidanza, varici ed emorroidi dopo il parto.

Non soddisfare le “voglie” della gravida provoca la comparsa di macchie sulla pelle del neonato. Secondo la tradizione popolare, quando la mamma desidera un particolare alimento (frutto o bevanda) e tocca una parte del corpo prima che la voglia sia accontentata, il bambino nascerà con una macchia rappresentativa del desiderio insoddisfatto della madre in quella parte del corpo. In realtà, le cosiddette “voglie” sono angiomi, che possono essere di diverso colore. Gli angiomi color fragola sono formati dall’accumulo di vasi sanguigni sotto la pelle e non dipendono dalla voglia di fragole della madre durante i nove mesi. Gli angiomi color caffè o caffè-latte sono causati da una maggior concentrazione di melanina e non dal desiderio di queste bevande.

Bere molta birra in gravidanza farà produrre più latte. È una convinzione sbagliata: la produzione di latte, infatti, dipende da un processo neuro-ormonale e non dalla quantità di birra che si assume. Anzi, l’abuso di birra e alcolici in genere aumenterebbe il rischio d’anomalie del feto. In gravidanza è meglio non bere, quindi, più di un bicchiere al giorno di birra o vino ed evitare altri tipi di alcolici.

Come si scopriva il sesso del nascituro

- Una convinzione sostiene che la pancia della mamma possa rivelare il sesso del nascituro, ma le “regole” tramandate sono diverse. Secondo alcuni, una mamma con pancia a punta e sedere magro avrà una femmina, mentre una mamma con pancia tonda e fianchi larghi aspetterà un maschio. Il detto “pancia a punta non va in guerra” pronostica la nascita di una bimba, che non sarà arruolata nell’esercito. In altri casi, invece, è trasmessa la regola opposta: maschio se la pancia è a punta, femmina se è tonda. La forma della pancia, in ogni caso, non è correlata al

sesso del nascituro, ma alla posizione del feto, alla costituzione fisica della madre e al fatto d'essere nullipara o pluripara. Spesso, ad es. una donna alla prima gravidanza ha una pancia a punta, piccola e compatta, perché i muscoli addominali non sono stati sollecitati da precedenti gravidanze; mentre alla seconda o terza gravidanza, i muscoli dell'addome possono presentarsi particolarmente rilassati e quindi contenere con meno efficacia il feto.

- Un'antica convinzione racconta che una mamma con dolori alla gamba sinistra (cioè, un'inflammazione del nervo sciatico) darà alla luce una bambina: "Quando duole l'anca, la femmina non manca".
- Un'altra narra che le cadute accidentali in gravidanza favoriscono la nascita di un maschio: sembra che lo spavento della mamma possa influenzare la determinazione del sesso.
- Un'altra favoleggia che, se stando sedute, non si riesce ad accavallare le gambe, si è incinta di un maschio.
- In Sicilia esistono diverse "prove" per indovinare se nascerà un "masculu" o una "fimmina". La prima prevede di spremere una goccia di latte dal seno, 10-15 giorni prima del parto, e di versarla in una tazza piena d'acqua. Se la goccia andrà a fondo, nascerà un maschio. La seconda prevede sempre di spremere qualche goccia di latte dal seno, al 9° mese di gravidanza, di cospargerla sul petto, quindi di porvi sopra una moneta d'argento. Se la moneta rimarrà aderente al latte, verrà un maschio. La terza consiste nel far sedere a terra la gravida. Se nell'alzarsi si girerà dal lato destro nascerà un maschio, se dal lato sinistro una femmina.
- Nell'isola di Pantelleria una "prova" prevede di nascondere un paio di forbici sotto il cuscino di una sedia. Se la gravida sceglie di sedersi su quella sedia nascerà un maschio.

Quando la gravida soffre di bruciori allo stomaco, vuole dire che il bimbo "mette i capelli". È una credenza popolare sbagliata. In realtà i capelli del nascituro sono innocui: i disturbi gastrici della futura mamma dipendono dall'azione del progesterone, che rende più rilassata la muscolatura dello stomaco favorendo così condizioni di reflusso, e dall'aumento di volume dell'utero, che spinge lo stomaco verso l'alto. Inoltre va ricordato che, spesso,

sotto lo stomaco della mamma non c'è la testa, ma i piedi del nascituro: altra conferma dell'infondatezza di questa credenza.

Ogni gravidanza costa un dente. Durante il periodo della gestazione i denti e le gengive della mamma subiscono importanti alterazioni. La situazione non è così seria, ma è sicuramente vero che nell'arco dei nove mesi le gengive sono più sensibili, possono sanguinare e provocare dolore per l'aumentato flusso sanguigno che le trasforma in un terreno favorevole al proliferare della placca. Per questo, in gravidanza, si consiglia un'accurata igiene quotidiana: lavare sempre i denti dopo aver mangiato in modo più accurato del solito, usare il filo interdentale e sottoporsi a un controllo dal proprio dentista.

Per evitare la stitichezza si deve bere l'olio di ricino. In gravidanza è comune soffrire di stitichezza. Il transito intestinale, infatti, rallenta per permettere un migliore assorbimento delle sostanze nutritive. Inoltre, negli ultimi mesi, l'utero ingrossato schiaccia il retto ostacolando il normale deflusso delle feci. Senza dimenticare che l'aumentata produzione di progesterone rilassa ulteriormente i muscoli, rallentando l'attività dell'intestino. Tuttavia per evitare la stitichezza è meglio non ricorrere all'olio di ricino o a lassativi, poiché possono provocare dolori addominali non indicati in questo periodo. Al fine di migliorare il transito intestinale è utile, invece, mangiare alimenti ricchi di fibre, come frutta, verdura, cereali e crusca, e bere molta acqua. È consigliato anche lo yogurt che con i suoi fermenti lattici mantiene in equilibrio la flora batterica intestinale e favorisce il buon funzionamento dell'intestino, conservando "pulito" l'organismo.

Santi, festività e buon esito della gravidanza

- In Franciacorta, nei giorni precedenti il parto, le donne facevano una novena di preghiera alla Madonna di S. Giorgio, salendo

per 9 giorni consecutivi alla chiesa di S. Giorgio a Monterotondo (BS), dove recitavano il Rosario. Al termine depositavano un cartoccio di sale sull'altare. Questo serviva per dimostrare alla Madonna la propria devozione, chiedere protezione durante il parto e concedere la possibilità di allattare i propri bambini, ma soprattutto farli nascere con "il sale in testa".

- Nascere il giorno di Natale o della Natività della Madonna è di buon augurio, mentre non è così nascere nel giorno della Madonna addolorata: secondo le credenze popolari si sarà infelici.
 - A chi nascerà di venerdì, accadranno disgrazie infinite, perché di venerdì avvenne la morte di Gesù; a chi nascerà di sabato, cadranno presto i denti.
 - I bambini che nascono in settembre saranno inquieti, perché settembre è il mese delle vespe; quelli che nascono in marzo saranno volubili, essendo marzo il mese dei pazzi.
-

Fare l'amore fa male al bambino. In passato si riteneva che fare sesso in gravidanza potesse procurare danni al feto. Al contrario, se la gravidanza procede normalmente, non ci sono motivi per rinunciare all'attività sessuale: il bambino è ben protetto dal liquido amniotico. Spesso, però, la donna lamenta un calo del desiderio, legato al cambiamento corporeo e al timore di perdere il bambino. Si può fare l'amore fino all'8°-9° mese di gravidanza. Meglio, comunque, che la penetrazione sia leggera e lenta, avendo cura di scegliere la posizione più favorevole, soprattutto quando il pancione inizia a diventare ingombrante.

È vietato farsi belle in gravidanza. Non c'è alcuna ragione che vieta di truccarsi, andare dal parrucchiere o vestirsi con cura durante i nove mesi di gestazione. È meglio però non sottoporsi ad alcuni trattamenti di bellezza, come le tinture permanenti (a ossidazione) almeno nel 1° trimestre. Piuttosto è meglio orientarsi verso prodotti più leggeri, privi di ammoniaca, che si eliminano dopo qualche lavaggio, oppure coloranti naturali, come l'henné. La ceretta a caldo è sconsigliata: potrebbe, infatti, provocare

la rottura dei capillari con maggior facilità. Meglio ricorrere alla ceretta a freddo o alle apposite macchinette epilatrici. Le lampade abbronzanti sono da limitare: a causa dei cambiamenti ormonali la pelle diventa più sensibile e l'esposizione ai raggi potrebbe provocare la comparsa di macchie scure, soprattutto al viso.

La gravidanza rende più belle e forse più felici. Que-st'affermazione ha un fondamento scientifico, poiché durante i nove mesi dell'attesa il clima ormonale determina un cambiamento positivo dal punto di vista estetico. Gli estrogeni (ormoni sessuali femminili), abbondanti durante la gravidanza, rendono la pelle più liscia, lo sguardo più luminoso e i capelli più folti. Inoltre influiscono anche sulle forme, rendendo il seno più voluminoso e florido.

Come provocare il travaglio di parto

- Il **cibo cinese** può essere una buona cena, ma non ha effetti sul travaglio.
 - La **tisana di foglie di lampone** può causare qualche contrazione dell'utero, ma non il travaglio.
 - Il **clistere** pulisce l'intestino e potrebbe causare qualche contrazione uterina, tuttavia, di solito non scatena il travaglio.
 - La **stimolazione dei capezzoli** può causare alcune contrazioni; infatti, non dovrebbe essere compiuta a casa perché potrebbe portare a un'iperstimolazione dell'utero. Comunque, interrompendo la stimolazione, le contrazioni terminano.
 - I **rapporti sessuali** a termine di gravidanza possono favorire qualche contrazione dell'utero, ma non certamente il travaglio. Tuttavia è possibile che favoriscano una preparazione del collo dell'utero al travaglio di parto, perché il liquido seminale contiene piccole quantità di prostaglandine, sostanze impiegate per l'induzione del travaglio.
 - Il **camminare** o un esercizio fisico leggero potrebbe far contrarre l'utero, ma non fa scatenare il travaglio.
-

I gemelli saltano una generazione. Spesso si crede che se i nonni hanno avuto due gemelli, anche i nipoti possano farlo. In realtà i gemelli passano di generazione in ge-

nerazione: in altre parole, la futura mamma può aspettare dei gemelli, anche se li ha già avuti la madre.

I gemelli si dividono tutto. In ogni coppia c'è un gemello buono e uno cattivo. Queste affermazioni sono senza fondamento. Infatti, anche se i gemelli hanno condiviso l'utero, in seguito le cose cambiano e ad es. cominciano a contendersi i giocattoli come gli altri bambini. In particolare, prima sviluppano la sensazione di essere “padroni” di alcuni giocattoli e vestiti, poi iniziano a scambiarli e a prestarli ad altri bambini.

I gemelli dovrebbero essere sempre separati a scuola, per imparare a cavarsela l'uno senza l'altro. È molto più facile con i gemelli, perché tutti ti aiutano e ti fanno tanti sconti. Sono altre credenze popolari sulle gravidanze gemellari non sempre corrette.

Miti da sfatare sul neonato

- Durante la gravidanza non si possono indossare liberamente bracciali e collane, altrimenti il neonato potrebbe nascere con profonde righe ai polsi o con il cordone ombelicale attorcigliato intorno al collo.
- Non bisogna guardare attentamente illustrazioni di persone o animali, altrimenti il bimbo potrebbe nascere con le stesse sembianze di chi ha colpito l'immaginazione della futura madre.
- Se la donna incinta si sloga un polso, nascerà un figlio monco.
- Non si deve fissare la fiamma di una candela perché il bimbo potrebbe nascere con la vista incantata.
- Al momento del parto, la possibilità che il neonato possa incrociare le gambe, dipende dal fatto che la mamma, durante la gravidanza, si è seduta con le gambe accavallate. Pertanto è obbligatorio sedersi sempre ben composte.
- La legatura del cordone ombelicale influisce su certe caratteristiche dell'adulto. Se il neonato è femmina, la legatura del cordone deve essere fatta vicino all'addome, in modo da rendere più “anguste” certe parti che renderanno la donna adulta più desiderabile. Se, invece, è maschio, la legatura del cordone non deve essere eseguita troppo vicino all'addome, perché dalla lunghezza del cordone residuo, dipenderà la ricchezza o meno

- di certi requisiti maschili.
- Se il neonato piange, si lascia piangere, perché piangendo dilata il torace e avrà una bella voce crescendo.
 - Dopo il parto, la donna non deve mangiare l'uva perché sia la mamma sia il neonato potrebbero acquisire la tendenza a ubriacarsi.
-

L'allattamento nelle credenze popolari

Seno piccolo significa poco latte. La produzione di latte non dipende dalle dimensioni del seno, ma dall'azione di alcuni ormoni, come la prolattina. Pertanto un seno grosso possiede solo una maggiore quantità di tessuto adiposo e connettivo, ma non per questo produce più latte.

Se la madre non ha avuto latte, non l'avrà neanche la figlia. L'allattamento non segue leggi ereditarie. Questo pregiudizio può far venire meno la fiducia in se stesse e alle prime difficoltà portare a rinunciare all'allattamento al seno.

Più una mamma è giovane e meno latte avrà. Dopo la pubertà, il seno è pronto per la sua funzione, pertanto anche mamme giovani hanno una normale produzione di latte. Al contrario, con l'età, il tessuto ghiandolare si riduce e può capitare che chi allatta per la prima volta dopo i 40 anni presenti qualche difficoltà.

Alcune mamme hanno un latte leggero. Talvolta l'aspetto "acquoso" del latte maturo può portare a pensare che non sia nutriente, ma non esiste un latte leggero o povero. Se un bimbo non cresce regolarmente, non dipende da un latte più o meno acquoso, ma da una produzione scarsa.

Allattare con il biberon rende i bimbi grassi. Se il latte artificiale non è troppo concentrato, se non si incoraggia il neonato a bere di più di quello che vuole e se non si somministrano bevande dolci, un bambino allattato al biberon non dovrebbe essere più grasso di uno allattato al seno.

Un bimbo può mangiare troppo durante una poppata. Un neonato impara presto ad autoregolarsi, quindi può capitare che durante una poppata mangi con voracità e a una successiva mangi di meno, ma questo non deve preoccupare la mamma.

Quando un bimbo mette i primi dentini, è segno che bisogna smettere di allattare. Il latte materno si modifica adeguandosi alle necessità di crescita del lattante. Dopo 4-5 mesi di vita il bimbo può assimilare anche alimenti diversi dal latte, infatti, inizia la fase della dentizione. Comunque il latte rimane un buon alimento da integrare con le prime pappe. Inoltre il bimbo succhiando non “morde-rà” il seno materno, poichè porrà la lingua tra areola mammaria e dentini inferiori.

Allattare al seno rende i capelli più fragili. I capelli della mamma risentono dei cambiamenti ormonali della gravidanza. Dopo il parto, entrano in una naturale fase di ricambio che ne giustifica una certa perdita. Questo accade indipendentemente dall'allattamento al seno.

Allattare rovina il seno. Durante la gravidanza, il seno aumenta. Ritrovarsi con un seno più piccolo e meno sodo non è una conseguenza dell'allattamento al seno. Anche chi allatta con il biberon non evita queste modificazioni. Anzi, l'azione di svuotamento e di riempimento del seno può costituire una specie di “ginnastica naturale” che migliorano tonicità ed elasticità.

Come comportarsi

La cosa migliore per una donna in gravidanza è vivere serenamente questo periodo, senza lasciare che fantasie e superstizioni prendano il sopravvento. Il buon dialogo con il proprio ginecologo rappresenta la soluzione più opportuna per chiarire ogni dubbio.

APPENDICE

