

## Gli ormoni – alleati della donna e del bambino (I° parte).

Gli ormoni ... è un argomento lungo e complesso (che proverò a riassumere in questo articolo e in uno successivo) che mi sta particolarmente a cuore e che desidero fortemente condividere con voi.

Questa è la ragione per cui va fatta una premessa approfondita del mio desiderio di parlarvene ...

Ho avuto già un paio di occasioni in cui ho approfondito il tema sugli ormoni; la prima, nel 2008, durante una lezione all'Università, rivolta ad un gruppo di studentesse di Ostetricia; la seconda, in occasione di un incontro a Ivrea con un gruppo di mamme in gravidanza. In entrambe le situazioni, lo stupore è stato il *denominatore comune* che si palesava tra gli uditori, nello stesso modo di come io (giovane laureanda) manifestai il mio entusiasmo quando ne sentii parlare per la prima volta a Firenze, ad un corso di aggiornamento per ostetriche. Fu un argomento che mi suscitò fascino e stupore per l'appunto, ma al contempo smarrimento e crisi profonda sul mio divenire ostetrica, turbando quelle poche certezze sulla mia formazione. Quello è stato, chiaramente, motivo di sprono a documentarmi, ad approfondire e a cercare, per trovare conferma a tutto ciò che in cuore mio sapevo già ancora prima di avvicinarmi all'ostetricia, ma che, durante il mio percorso di studi, mi era sempre stato negato.

Questi "esseri sconosciuti" – gli ormoni – sono racchiusi in una parola che esprime tutto, Energia e Vita; essi rappresentano il motore propulsore che guida le nostre emozioni e che creano un equilibrio armonico di salute. In che modo il tutto è applicabile nel travaglio e nel parto?

La gravidanza, il travaglio, il parto e l'accoglimento del neonato, sono eventi che si esprimono attraverso una "danza" degli ormoni, in quanto diretti responsabili dell'armonia tra il corpo e la mente, tra l'istinto e la ragione, e della comunicazione "interiore" tra madre e figlio. Gli ormoni rappresentano gli strumenti attraverso cui il corpo della madre e del bambino comunicano ... tanto che, se non fosse così, il bambino non potrebbe indicare alla madre quando è pronto a venire al mondo e di conseguenza la madre non saprebbe quando intraprendere quel viaggio chiamato "nascita". In un tacito accordo endogeno, proprio attraverso questi "esserini", la madre e il suo bambino si avviano insieme verso il travaglio e il parto. Se il processo degli ormoni, in una donna in travaglio, rimane indisturbato, esso si esprimerà in perfetta armonia e l'esito del parto sarà un'esperienza gratificante per entrambi. Al contrario, la presenza di interferenze (il più delle volte create da una mancanza di conoscenza della fisiologia degli ormoni nella nascita) potrebbe deviare l'evento verso patologie o complicazioni per la madre e il bambino.

Le ricerche hanno ampiamente dimostrato come nel travaglio e nel parto il cervello ha un ruolo centrale per lo scatenarsi di questi eventi: in modo semplicistico, una parte di questi ormoni vengono rilasciati da alcune parti del cervello e comunicano all'utero l'iniziazione delle doglie, ed altri agiscono a livello locale.

La parte più attiva del corpo nella donna che partorisce non è l'utero ma *la parte ancestrale del suo cervello*, cioè la parte più antica e profonda delle sue strutture cerebrali, che si presenta minuscola rispetto alla parte più voluminosa e sviluppata del cervello stesso. Questa parte così piccola è quella che accomuna l'essere umano a tutti gli altri mammiferi. Se applichiamo questa premessa all'evento del parto, il tutto può risultare più chiaro... una donna in stadio avanzato del travaglio o in vicinanza al parto, se è nella fisiologia, si comporta estraniandosi completamente, come se fosse assente, ignorando cosa le capita attorno, è come se fosse su "un altro pianeta", come se stesse iniziando una sorta di viaggio interiore; in altre circostanze si comporta come non farebbe mai nella vita sociale di tutti i giorni: urla, piange, grida, diventa aggressiva, assume le posizioni più inaspettate. Tutto ciò può interpretarsi semplicemente così, ovvero: *è assolutamente fisiologico che nel travaglio e nel parto la parte razionale, che caratterizza la nostra vita sociale e la quotidianità, lasci spazio alla parte più istintiva, alla parte più "animalesca" che è in noi*. Ed è proprio da questa piccola zona del cervello che vengono rilasciati gli ormoni "amici" per un travaglio e un parto in salute.

L'ossitocina è uno di questi. Per molto tempo si è creduto che l'ossitocina non avesse altro che la funzione di fare contrarre l'utero, in sintesi, una funzione solo meccanica; poi nel 1969 e successivamente, attraverso una serie di studi successivi, si è rilevato l'effetto che l'ossitocina esercita sul comportamento umano.

**L'ossitocina è, in sintesi, l'ormone dell'altruismo; è per eccellenza l'ormone dell'amore.** In qualsiasi forma di amore, l'ossitocina è sempre la protagonista. E' implicata negli eventi di massima espressione dell'amore ... dalla nascita ai rapporti sessuali. Durante l'innamoramento e "l'accoppiamento", sia la donna che l'uomo secernono livelli alti di ossitocina. Quindi non è un ormone solo al femminile. Questo spiega anche come una madre possa perdutoamente innamorarsi della sua creatura al momento della nascita, e, come lei, anche il padre rimanendo impresso questo sentimento per sempre. Resta beninteso che l'ossitocina non viene liberata in maniera indipendente da altre cose, fa sempre parte di un *cocktail* ormonale complesso. Così subito dopo la nascita del bambino, in cui si ha il picco di ossitocina la madre libera un altro ormone: la prolattina. **La prolattina è l'ormone delle cure materne**, della "preoccupazione materna fisiologica"

orientata a porre attenzione al nuovo arrivato. Immediatamente dopo la nascita del suo bambino, la madre ha sia un tasso elevato di ossitocina che prolattina, vale a dire esprimendolo in formula matematica ...

**ormone dell'amore (ossitocina) + ormone del maternage (prolattina) =**

**amore totale per il bambino.**

In conclusione se l'evento della nascita traccia il suo percorso naturale, senza interferenze inutili, diventa chiaro come il sopravvento dell'amore sprigionato da questi ormoni, alleati della donna e del bambino, vadano a potenziare una capacità d'amare reciproco, che si rifletterà su se stessi e conseguentemente sugli altri.