

Economici di Qualità

282

Michel Odent è uno degli iniziatori del movimento per la nascita senza violenza e del parto in acqua, a partire dalla sua lunga esperienza di primario nell'ospedale di Pithiviers, in Francia. Nel 1985 ha fondato a Londra il Primal Health Research Centre, un centro studi sugli effetti delle modalità del parto. Autore di volumi pubblicati in tutto il mondo, svolge attività di relatore in convegni e seminari.

Michel Odent

Abbracciamolo subito!

© 1992, 2006, 2016 red!

www.rededizioni.it

Traduzione di Elena Speciani e Silvia Meroni
dall'originale francese *Votre bébé est le plus beau des mammifères*,
Albin Michel, Parigi

© 1990, 2006, 2016 Michel Odent

Revisione redazionale di Francesca Speciani

Prima edizione nella collana 'Piccoli e grandi' con il titolo

Il bebè è un mammifero: 1992

Prima edizione in questa collana: 2006

Nuova edizione: 2016

Stampa: LEGO Spa, Lavis (TN)

red! è un marchio Il Castello Srl

Via Milano 73/75 - 20010 Cornaredo (MI)

Tel 02 99762433 - Fax 02 99762445

www.ilcastelloeditore.it



Introduzione

Prefazione alla prima edizione italiana

Nel mio Paese, la Francia, che va così fiera dei suoi intellettuali, è tuttora provocatorio ricordare che i bisogni primari dell'essere umano sono, né più né meno, quelli di tutti i mammiferi, specie a cui l'uomo appartiene.

Ma si tratta di una resistenza specificamente francese o, più in generale, di una manifestazione della cultura latina? Ho cercato una risposta in Italia, il Paese latino per eccellenza. A più riprese, nel corso di conferenze e di seminari in diverse città italiane, ho sottolineato che siamo mammiferi. Ho sostenuto che al momento della nascita le prime esigenze da soddisfare non sono specificamente umane: il bisogno d'intimità per la donna che partorisce e accoglie il suo bambino, il bisogno di contatto pelle a pelle fra madre e figlio, il bisogno di trovare il seno seguendo tempi precisi, il bisogno di sentire l'odore della madre... E l'idea è stata accettata senza difficoltà.

Allora perché un'edizione italiana di questo libro? Lasciamo il mondo delle idee e delle parole e guardiamo obiettivamente i fatti. I bambini italiani nascono esattamente come quelli degli altri Paesi occidentali. Anche qui i bisogni fondamentali non

vengono soddisfatti. Negli ospedali italiani, come in tutti gli ospedali del mondo, è difficile anche solo immaginare come rispettare il bisogno di intimità caratteristico dei mammiferi. Le percentuali di tagli cesarei sono alte. È consuetudine normale ritardare nel tempo il primo contatto tra la madre e il neonato. E i modi per disturbare l'inizio dell'allattamento non mancano.

Sono dunque i comportamenti, le pratiche quotidiane che ci danno una buona ragione per pubblicare una traduzione italiana del libro.

In realtà, quasi tutte le culture che conosciamo hanno trovato qualche sistema per disturbare il periodo che precede e che segue la nascita, come per negare i bisogni fondamentali che condividiamo con gli altri mammiferi. Per esempio si è continuato per anni a tramandare la convinzione che il colostro sia inutile, anzi pericoloso.

Se vogliamo favorire l'avvento della 'rivoluzione del colostro', non possiamo perdere nessuna occasione per ripetere, in molte lingue, che in primo luogo «siamo mammiferi».

Michel Odent, 1992

Prefazione alla seconda edizione

Confesso di aver avuto qualche difficoltà a capire quale interesse potesse avere la riedizione di un libro apparso per la prima volta nel 1990. In questi ultimi due decenni abbiamo assistito a tanti di quei progressi tecnici, scientifici e concettuali da rendere forse più urgente uno sguardo proiettato al futuro che non una rilettura di testi già superati. Una nuova occhiata ad

alcuni capitoli mi ha permesso infine di capire che l'errore era stato quello di pubblicare il libro troppo presto, quando invece sarebbe stato meglio compreso se fosse rimasto per qualche anno in un cassetto.

In effetti, non si sarebbe potuto immaginare momento peggiore per sottolineare la nostra appartenenza al mondo dei mammiferi dell'epoca in cui in Francia, il mio Paese, era di moda ripetere che «il bebè è una persona». Allora sembrava quasi sconveniente ricordare il significato stesso del termine 'persona', dal latino *persona* che in origine significava 'maschera'. Il termine 'persona' indica il modo in cui l'individuo civilizzato si presenta nell'ambito sociale. Al contrario, il neonato viene al mondo senza alcuna maschera. Allo stesso modo, in un'epoca in cui cominciava ad affermarsi il concetto di 'umanizzazione' della nascita, era difficile accettare che bisognava innanzi tutto 'mammalianizzare' tale evento.

Oggi, mentre i parti – compresi quelli che avvengono in casa – sono diventati ancora più difficili rispetto a due o tre decenni fa, è quanto mai urgente cercare di riscoprire i bisogni fondamentali della donna che partorisce alla luce di concetti fisiologici ormai accettati. A titolo di significativo esempio, possiamo citare il concetto di antagonismo tra adrenalina e ossitocina. Tutti questi concetti fisiologici conducono a una conclusione molto semplice: per liberare il flusso ormonale legato al parto, una donna ha bisogno di percepire di essere al sicuro, senza sentirsi osservata. Questi bisogni fondamentali non sono specificamente umani. Le femmine di tutti i mammiferi partoriscono solo quando si sentono al sicuro. Se, nella giungla, una femmina pronta a partorire percepisce la presenza di un predatore, la paura che prova stimola la produzione di adrena-

lina, il cui effetto è quello di procurare l'energia necessaria alla difesa o alla fuga, ma anche quello di ritardare il parto. Allo stesso modo, tutte le femmine di mammiferi adottano particolari strategie per non sentirsi osservate mentre partoriscono.

È importante non solo riscoprire questi bisogni che appartengono a tutti i mammiferi nella fase che circonda la nascita, ma anche imparare a eliminare tutto ciò che è specificamente umano. Questo significa, per cominciare, sbarazzarsi di tutta una serie di credenze e rituali che, da qualche millennio a questa parte, hanno accentuato le difficoltà del parto nella specie umana, separando la madre dal neonato e ritardando l'inizio dell'allattamento materno. Possiamo così anticipare che, con la prova del tempo, si chiarirà il significato del capitolo 'Colostro e civiltà'. Eliminare ciò che è specificamente umano implica anche la 'messa a riposo' della neocorteccia cerebrale, la parte del cervello il cui imponente sviluppo è una caratteristica umana. Quando la neocorteccia cerebrale – sede delle funzioni intellettive – è in condizione di riposo, si allentano le inibizioni legate ai nostri condizionamenti culturali e diventiamo più simili agli altri mammiferi, che, in linea generale, hanno meno difficoltà a partorire rispetto agli umani. Questa 'messa a riposo' della neocorteccia risulta facilitata nel momento in cui la donna in travaglio è al riparo da quell'elemento specificamente umano che ha un effetto stimolante su questa parte del cervello: il linguaggio.

È perciò importante sottolineare a che punto il termine 'umanizzazione' risulti inappropriato oltre che ingannevole. Certo, per alcuni l'umanizzazione include anzitutto il concetto di compassione. Ma la compassione non è appannaggio degli umani. In compenso, tutti sono concordi nel considerare l'uso

di strumenti sofisticati come una caratteristica umana. Oseremmo affermare che il grado più elevato di umanizzazione della nascita sarà raggiunto il giorno in cui il parto cesareo diventerà il modo abituale di mettere al mondo un figlio?

Nella prima edizione di questo libro alcuni accenni a recenti progressi scientifici apparivano molto attuali. Era il caso del capitolo riguardante l'ossitocina come 'ormone dell'amore'. All'epoca gli effetti comportamentali dell'ossitocina erano conosciuti solo da una ristretta cerchia di scienziati. Oggi invece il concetto di ormone dell'amore è stato ripreso, in particolare dai media, e ampiamente diffuso.

Sempre nella prima edizione avevamo discretamente inserito un breve capitolo intitolato 'Foto e video'. Oggi questo argomento meriterebbe di occupare un posto di primo piano. I nostri condizionamenti culturali sono sempre più determinati da messaggi visivi, e la prevista epidemia di video di nascite 'naturali' ha assunto proporzioni tanto inattese quanto preoccupanti. Le scene sono pressoché standardizzate. Si vede una donna nell'atto di partorire, di solito circondata da molte persone che la guardano, compreso un uomo con una videocamera. Questi parti sono presentati come 'naturali', o perché si svolgono in casa, o perché la donna è carponi, o ancora perché sta partorendo in acqua. Tuttavia l'ambiente è quanto di meno 'naturale' si possa immaginare. Il messaggio che viene trasmesso è che una donna non ha la possibilità di partorire se non è circondata da persone capaci ed energiche. Ebbene, sarebbe meglio trasmettere il messaggio opposto. Dobbiamo renderci conto che abbiamo raggiunto un grado estremo di condizionamento culturale dopo millenni di socializzazione del parto, e dopo decenni di teorie che sono alla base della maggior parte delle scuole che propugnano

il cosiddetto parto naturale. È ancora possibile ribaltare la situazione?

Abbiamo scelto di non operare alcuna revisione del testo originale. Questo libro deve pertanto essere compreso ritornando al contesto scientifico e culturale della fine degli anni Ottanta del secolo scorso. Ci siamo limitati ad aggiungere a questa nuova edizione il capitolo 'Le levatrici', originariamente pubblicato nell'edizione americana. Questo capitolo ci ha dato la possibilità di soffermarci sul ruolo materno svolto dalla *doula*. All'epoca questo termine era noto solo al grande pubblico americano, ma oggi non è più così. È utile ricordare che, secondo i primi studi condotti in Guatemala e in Texas, in origine la doula era una madre come tutte le altre, che non aveva ricevuto alcuna formazione particolare, ma che era esperta nel far nascere bambini. Il fenomeno doula poteva inizialmente sembrare un'occasione per 'demascolinizzare' il contesto in cui avveniva il parto e per riscoprire il vero ruolo della levatrice, la cui funzione era legittimata dalla sua esperienza di donna, di madre che aveva procreato. Si poteva immaginare, per esempio, che un numero crescente di donne in travaglio si recassero in un reparto maternità accompagnate da un'amica che avesse esperienza di parti, cioè una doula, piuttosto che con il padre del nascituro. In realtà le doula hanno spesso avuto tendenza a organizzarsi in modo professionale e a seguire corsi di formazione. Il messaggio iniziale è stato snaturato, al punto che si può legittimamente temere che il fenomeno doula rappresenti una vera e propria occasione mancata.

Michel Odent, 2016

Radici profonde

«Ho ricevuto, Signore, il vostro nuovo libro contro il genere umano... Nessuno ha mai impiegato più spirito nel tentativo di farci diventare bestie; a leggere il vostro libro viene voglia di camminare a quattro zampe.»

Voltaire, 30 agosto 1755. Lettera a Rousseau in risposta al *Discorso sull'origine e fondamento dell'ineguaglianza tra gli uomini*.

Un secolo prima di Darwin, il filosofo Jean-Jacques Rousseau aveva avuto il coraggio di includere l'essere umano nel mondo animale. Voltaire e gli intellettuali francesi nascosero la loro incomprensione dietro l'ironia.

Oltre cento anni dopo Darwin, Voltaire è ancora ben vivo. Lo incontro in tutte le mie incursioni in Francia. Sono davvero incursioni, perché dal 1985 abito per lo più all'estero. L'esperienza di nascite a domicilio (dopo il lavoro in ospedale) acquisita a Londra era necessaria ed è stata feconda. Come comprendere gli effetti dell'ambiente sul parto e il primo contatto tra la madre e il suo piccolo se non cambiando scenario e addirittura contesto culturale e linguistico? Dovevo completare quello che avevo imparato nell'ambito di un ospedale francese per prendere coscienza delle potenzialità autentiche della donna che partorisce e dividere quanto è fondamentale, universale, da ciò che è contingente, legato a particolarità locali. Oggi mi sento di poter riassumere così venticinque anni di ricerche: «Ho imparato che gli esseri umani sono mammiferi. Tutti i mammiferi si nascondono, si isolano per mettere al mondo la loro prole: hanno bisogno d'intimità. Per gli esseri umani è lo stesso. Bisogna riferirsi continuamente a tale bisogno d'intimità».

Affermazioni come queste sono accettate senza problemi nei Paesi di lingua inglese: sembrano dettate da puro buon senso. Invece la stessa idea espressa in Francia, pur velata da sottili precauzioni verbali, attira immediatamente repliche di costernazione volteriana. «Ma non siamo animali...», «Non siamo mica topi...», «L'essere umano, soggetto investito del linguaggio...», «La capacità di simbolizzazione...», «Far parte di un contesto culturale...», «La coscienza della nostra condizione mortale» e così via.

«*Humans are mammals*»... che banalità! «Gli esseri umani sono mammiferi»... che provocazione!

Una coscienza ecologica

Per tanti intellettuali francesi sembra molto più elegante accostarsi al fenomeno umano a partire da ciò che lo differenzia dal resto del mondo animale, ignorando la profondità delle nostre radici. Eppure molte prese di coscienza verrebbero meno represses, meno rimandate, se ci liberassimo di questa arroganza. Non trascuriamo l'eloquente lezione di umiltà venuta, 2000 anni fa, da chi ha deciso di nascere in una stalla.

Oggi che la scienza dell'ecologia insegna l'interdipendenza di tutte le forme di vita, oggi che la presa di coscienza ecologica è l'avvenimento del nostro tempo, dobbiamo imparare a staccarci dai riflessi volteriani. «Voltaire: un mondo che finisce. Rousseau: un mondo che comincia.» Questa profezia di Goethe prende tutto il suo significato quando ci si interroga sulla nascita dell'essere umano. È allora che la riscoperta delle nostre radici animali appare come necessaria, e urgente. Non è la nascita la caratteristica specifica dei mammiferi?

La nascita esiste da quando un piccolo animale, circa duecento milioni di anni fa, si è sviluppato nel ventre di sua madre prima di essere messo al mondo. Per mettere al mondo i loro figli mediante il processo del parto, le femmine dei mammiferi devono secernere determinati ormoni. Sono gli stessi che entrano in gioco quando si partorisce un essere umano, secreti dalle strutture primitive del cervello, quelle che condividiamo con tutti i mammiferi. Tali similitudini dovrebbero costituire un punto di partenza per ogni tentativo di comprendere come funziona il parto nella nostra specie.

Non è così. Al contrario, si è dato molto credito a comportamenti che poggiano su una fondamentale incomprensione dei processi fisiologici. I francesi sono responsabili degli errori più significativi. Così Fernand Lamaze, l'ostetrico francese padre della psicoprofilassi occidentale, diceva e scriveva che una donna deve imparare a partorire esattamente come impara a parlare, a leggere o a nuotare. Queste false strade hanno lasciato la loro traccia in tutto il mondo e, col tempo, hanno portato alla crisi.

«Immaginate,» scriveva un ostetrico americano, «che una donna apprenda, con un preavviso di nove mesi, che verrà gettata in acqua. Credo bene che utilizzerà l'intervallo per imparare a nuotare.» È così che generazioni di donne incinte sono state 'preparate' al parto.

Il parto: un processo involontario

Vedere il parto come un processo involontario che mette in gioco le strutture primitive del cervello, quelle particolarmente sviluppate nei mammiferi, è in contrasto con il luogo

comune secondo il quale la donna impara a partorire. Questa interpretazione permette inoltre di capire che non si può aiutare attivamente una donna a partorire. Non si può aiutare un processo involontario. Si può solo cercare di disturbarlo il meno possibile.

In tutto il mondo ci sono donne che cercano di correggere l'atteggiamento 'intellettuale' predominante. La forma di reazione più concreta è stata quella adottata, nei Paesi di lingua inglese, dalle *childbirth educators*, le educatrici prenatali. Sono in primo luogo madri, senza diplomi particolari: dopo aver messo al mondo i propri figli sentono il bisogno di far profittare altri della loro esperienza. Organizzano incontri, spesso in casa propria. In genere non si impicciano di basi teoriche, anche quando credono utile affidarsi a questa o quella scuola. L'atteggiamento di molte di loro oggi si avvicina più al termine educazione che alle parole preparazione e insegnamento: in una società caratterizzata da piccole famiglie nucleari e dalla nascita in ospedale, soddisfano le esigenze sociali delle donne incinte, il loro bisogno di incontrare altre donne incinte, altre madri, altri neonati. Esercitano il ruolo educativo che toccava tradizionalmente alla madre, alle zie, alle donne della generazione precedente. Colmano il fossato, caratteristico del nostro tempo, che tende a separare due generazioni di madri.

«Non farti vedere»

Ho conosciuto negli Stati Uniti donne impegnate in movimenti per una nascita diversa che esercitano a loro modo una funzione educativa, anche se non si attribuiscono questo titolo. La storia di una di queste donne merita di essere raccontata.

Quando era una ragazzina, viveva nella fattoria dei suoi genitori, nel Nord Dakota. Suo padre, che le aveva affidato la responsabilità della nascita dei maialini, le aveva detto: «Non farti vedere. Passa inosservata. Se la scrofa si sente osservata il parto è più lungo, più difficile, più pericoloso, e dopo la nascita c'è il rischio che la madre si disinteressi dei porcellini o addirittura diventi aggressiva. Però, sempre tenendoti nascosta, cerca di sapere che cosa sta succedendo. A volte le scrofe, dopo aver messo al mondo otto, dieci o più porcellini tutti insieme, possono trascurarne uno, o soffocarlo per disattenzione. Solo in questo caso bisogna saper intervenire». Quando la ragazzina è diventata adulta ha avuto dei bambini. Si è ritrovata in un ospedale per esseri umani, su un lettino ostetrico, circondata da esperti che le dicevano di spingere o di non spingere, di respirare in un modo o in un altro. Ha scoperto che quella gente non sapeva niente del parto e ha capito il valore della lezione avuta da suo padre. È così che ha cominciato a organizzare seminari, incontri, conferenze per far cambiare le condizioni della nascita. È per questo che ho visitato il Nord Dakota.

Domande semplici, risposte difficili

Molte educatrici, che si sono preparate indipendentemente dalla formazione 'convenzionale', hanno accumulato nel corso degli anni un enorme potenziale critico e creativo, ancora latente, non realizzato. I Paesi che hanno toccato l'assurdo per le loro percentuali di parti cesarei e l'acutezza della loro crisi medico-legale, sono anche, paradossalmente, quelli che oggi sono più pronti a una rimessa in causa radicale.

In Francia le educatrici della nascita sono quasi completamente sconosciute. Diplomati ufficialmente competenti monopolizzano una 'preparazione' rimborsata dall'assistenza sociale. Mancanza di educatrici prenatali, atteggiamento intellettuale che isola eccessivamente l'essere umano all'interno del mondo animale: due manifestazioni, due interpretazioni e anche due simboli dell'incapacità di fare domande semplici. Bisogna uscire dalla Francia per capire le nostre difficoltà specifiche.

L'alba dell'era post-elettronica

Tra gli anni Settanta e gli anni Novanta, la maggior parte dei neonati occidentali è nata in un ambiente elettronico. Gli ostetrici avevano avuto un'intuizione: se avessero potuto registrare senza interruzioni le pulsazioni del cuore del bambino durante il parto con un mezzo elettronico, si sarebbero trovati nella situazione ideale per intervenire immediatamente in caso di pericolo. In questo modo erano certi di aumentare il livello di sicurezza. Purtroppo si trattava di una pura intuizione, non sostenuta da un approccio scientifico.

Molti fatti suggeriscono che potremmo trovarci alla fine di questa era elettronica ed essere a una svolta nella storia della nascita. Una svolta è l'espressione di un cambio di direzione individuabile con esattezza: propongo la data del 12 dicembre 1987. Quel giorno è stato pubblicato un importante articolo su 'Lancet', una delle riviste mediche più autorevoli del mondo. L'articolo riuniva otto studi condotti in Australia, negli Stati Uniti e in Europa relativi a decine di migliaia di nascite: l'obiettivo era il confronto fra gruppi di donne che partorivano con l'aiuto di un dispositivo elettronico di monitoraggio e gruppi di donne che partorivano senza questa assistenza (il battito del cuore del bambino veniva ascoltato a intermittenza da un'ostetrica). La maggior parte di questi studi era già stata pubblicata, ma la con-

clusione d'insieme fu che l'aumento nel numero di parti cesarei e nell'uso del forcipe era stato il solo effetto statisticamente significativo dell'uso dell'elettronica. Non c'era nessuna differenza fra i due gruppi quando si confrontava il numero dei neonati viventi e dei bambini nati in buona salute. L'interpretazione più logica è che l'uso del monitoraggio elettronico durante il parto sia pericoloso. Rende il parto più difficile. Bisogna salvare più bambini, con più interventi. Grazie alla letteratura medica più seria, oggi questi fatti sono conosciuti in tutto il mondo. Resta ancora da fare il passo successivo: prenderne atto.

Gli effetti dell'ambiente sul parto

La riduzione dei tassi di mortalità nel periodo che precede e che segue la nascita, evidente già all'inizio del XX secolo e sempre più accentuata negli ultimi cinquant'anni, dev'essere allora attribuita a fattori diversi dall'invenzione del monitoraggio. Non c'è più nessuna scusa, oggi, per obbligare i neonati a nascere in un ambiente elettronico. È venuto il momento di interrogarsi sugli effetti dell'ambiente rispetto allo svolgimento del parto e al primo contatto fra la madre e il bambino. È venuto il momento di porre domande semplici e nuove, di preparare l'era post-elettronica. Per molti medici sono fatti difficili da integrare tra le proprie convinzioni e le proprie priorità. Per certe ostetriche, per molte donne, e anche per alcuni medici, invece sono elementi che confermano l'evidenza. All'inizio degli anni Settanta io stesso sollecitai l'acquisto di un monitor elettronico nell'ospedale di Pithiviers pensando che, in determinate circostanze, un supplemento d'informazioni avrebbe forse permesso di evitare qualche taglio cesareo inutile. Dopo tre mesi di prova Domi-

nique, una delle ostetriche più esperte del gruppo, ha pronunciato il suo verdetto: «Questa baracca è buona solo a far crescere il numero dei cesarei». Se il bisogno d'intimità, il bisogno delle donne di non sentirsi osservate e controllate fossero stati compresi, gli effetti del monitoraggio avrebbero potuto essere previsti e il miraggio elettronico evitato.

Quando si studia per diventare ostetriche o medici, si è portati a rispondere a determinate domande. E si è portati anche a evitarne altre... esattamente quelle che vanno poste oggi: quali aspetti ambientali possono inibire la donna, disturbare il primo contatto fra lei e suo figlio, interferire con l'inizio dell'allattamento?

Lo studio degli altri mammiferi

È proprio il tipo di domanda che abbiamo imparato a evitare, domanda chiave, semplice e nuova, che si impone in questo periodo di transizione. Traduciamola in linguaggio medico, e magari in materia d'esame: «Fattori ambientali inibitori del processo del parto». Mai nessuno studente di medicina ha dovuto rispondere a questa semplice domanda. E come avrebbe potuto rispondere? Non c'è neppure un trattato che possa aiutarlo sul tema. Almeno, non fra i trattati che studiano la specie umana. D'altra parte il nostro studente in medicina potrebbe trarre ispirazione dalle informazioni raccolte da scienziati che hanno studiato la nascita di altri mammiferi. Loro sì che hanno cercato e trovato la risposta alla nostra domanda, così come la formuliamo. I lavori più significativi sono quelli di Niles Newton, dell'Università di Chicago, che ha dedicato una parte della sua carriera, durante gli anni Sessanta, a studiare gli effetti dell'ambiente sulla nascita dei mammiferi.

Il suo animale preferito era il topo. La studiosa cercò di analiz-

zare i fattori che possono rendere i parti più lunghi, più difficili e pericolosi. Leggendo la sua opera si imparano i sistemi più efficaci per aumentare le difficoltà del parto. Uno dei trucchi è mettere la femmina in travaglio in un luogo che non le è familiare, cioè in un luogo dove non può sentire né vedere quello che sente e vede nella vita quotidiana. Un altro trucco è trasportare la futura mamma da un posto all'altro durante il parto. Una terza esperienza ha mostrato che una gabbia di vetro trasparente aumenta le difficoltà. È un modo elegante per dimostrare che i mammiferi hanno bisogno di nascondersi per mettere al mondo la loro progenitura. Hanno bisogno di intimità.

Il bisogno di intimità

Dopo aver studiato per qualche decennio gli effetti dell'ambiente sulla nascita dei neonati umani, posso affermare che tutte le conclusioni di N. Newton si possono applicare alla nostra specie. È stato grazie alla sua opera che ho cominciato a interpretare in modo nuovo molti dei comportamenti umani che vengono spesso osservati nel periodo vicino alla nascita e ad impadronirmi del suo vocabolario, per esempio a proposito del 'riflesso di eiezione del feto'. Quando confronto lavori di scienziati come N. Newton con quello che ho imparato per esperienza sul parto negli esseri umani, tutti i dubbi spariscono: siamo mammiferi. Bisogna riguadagnare il tempo perduto con l'ossessione per le differenze. Non dobbiamo vergognarci di ammettere che gli altri mammiferi ci possono aiutare a riscoprire quello che abbiamo dimenticato. E quello che le culture umane hanno dimenticato o vogliono dimenticare è il bisogno di intimità della donna che partorisce e che accoglie il suo bambino.

Protegersi dai membri del proprio gruppo

D'altra parte non è indispensabile riferirsi alle esperienze di scienziati della fine del XX secolo per individuare il bisogno di intimità durante il parto. Questo è un punto comune osservato da lunga data sia tra i mammiferi che mettono al mondo neonati già maturi e autonomi come il vitello o l'agnello, sia tra quelli che mettono al mondo neonati immaturi, come il topo. Per esempio la pecora, che vive nel gregge, si separa dal gruppo quando la nascita è imminente. La pecora delle Montagne Rocciose cerca i luoghi più inaccessibili della montagna e può isolarsi così per giorni e notti, senza bere né mangiare, aspettando il parto. La bertuccia della specie Rhesus lascia il gruppo, va ai confini della foresta e si nasconde lì. Quando allontanarsi è impossibile, certe femmine di mammiferi trovano comunque il mezzo di isolarsi. La femmina del topo, che è una specie di roditore notturno, partorisce di giorno. La giumenta, che di solito pascola di giorno, partorisce di notte. Si impone una domanda: perché i mammiferi si nascondono e si isolano per partorire? Perché questo bisogno generale di intimità? Certo non è per proteggersi da specie animali pericolose, da predatori. Se la priorità fosse quella, restare in gruppo sarebbe la regola. Le femmine si nascondono per proteggersi dai membri del proprio gruppo. E perché questo avviene? Tale quesito è all'origine di questo libro. Una domanda troppo importante per rispondere subito. Torniamo prima alle preoccupazioni pratiche, proprie dell'uomo di questo inizio di secolo.

La donna che partorisce può trovare un'atmosfera di intimità in un ospedale? Com'è possibile? L'avvento dell'era post-elettronica dipende da questa domanda preliminare.

G. Zappa *Guida alla prescrizione dei farmaci durante l'allattamento*, McGraw Hill, Milano.

T. Valpiana *Alimentazione naturale del bambino*, red!, Milano.

T. Valpiana, M. Parona, *Le ricette per l'alimentazione naturale del bambino*, red!, Milano.

M. Thirion *Primi momenti, grandi scoperte*, red!, Milano.

G. Honegger Fresco *Abbiamo un bambino*, red!, Milano.

Il neonato, il bambino piccolo

F. Leboyer *Shantala*, Bompiani, Milano.

M. Montessori *Educazione per un mondo nuovo*, Garzanti, Milano.

N. ed E. Klaus *Venire al mondo*, Il Pensiero Scientifico, Roma.

P. Poquet, F. Gardair *Giochi, giocattoli, carezze*, red!, Milano.

M. Segal *Il mio bambino da 0 a 1 anno*, red!, Milano.

P. Di Pietro *Tutto sul mio bambino*, red!, Milano.

E. Corsi *Il libro del massaggio per i bambini*, red!, Milano.

N. Laniado *Quando il bebè piange*, red!, Milano.

N. Laniado *Come rendere felice un bambino nel primo anno di vita*, red!, Milano.

G. Trapani *Bambino sempre sano*, red!, Milano.

F. Dolto *Le parole dei bambini*, red!, Milano.

AA.VV. *La salute del mio bambino*, red!, Milano.

R. Bourgarit *Omeopatia per i vostri bambini*, red!, Milano.

A. Auckett *Massaggio per i vostri bambini*, red!, Milano.

Sugli animali

J. Goodall *Assassini innocenti*, Rizzoli, Milano.

J. Goodall *Il popolo degli scimpanzé*, Rizzoli, Milano.

Indice

5	Introduzione
5	Prefazione alla prima edizione italiana
6	Prefazione alla seconda edizione
11	Radici profonde
12	Una coscienza ecologica
13	Il parto: un processo involontario
15	Domande semplici, risposte difficili
17	L'alba dell'era post-elettronica
18	Gli effetti dell'ambiente sul parto
20	Il bisogno di intimità
22	L'ospedale di domani
22	Un luogo familiare
24	Un territorio unico
27	Un processo guidato dal cervello
28	Progetti futuri
30	Su un altro pianeta
30	Un affare da donne?
35	Evitare nuove regole
36	Proteggersi dalla presenza degli uomini
39	Il riflesso di eiezione del feto

40	L'arte di non disturbare	84	Il colostro, sostanza 'sospetta'
41	Il ruolo dell'adrenalina	88	Primi riconoscimenti
43	Un fattore scatenante	90	I motivi dell'atteggiamento negativo
47	La complessità del parto	92	L'istinto ecologico
49	Cambiare abitudini	93	La rivoluzione del colostro
50	Non disturbare il primo contatto	95	La negazione del bisogno di intimità
51	Facilitare il secondamento	98	Beneficiari privilegiati
53	I gatti	100	I bambini dell'era del colostro
53	L'istinto del nido	103	Foto e video
56	Implicazioni pratiche	105	Le levatrici
58	Una curiosa correlazione	112	L'ormone dell'amore
60	Influenze da valutare	113	Un equilibrio ormonale particolare
63	Il vecchio e il nuovo	114	Una strada per conoscerci meglio
63	La dualità del cervello umano	116	Tendenze collettive
64	La neocorteccia 'a riposo'	117	Allattamento e monogamia
64	Il periodo primario	117	La durata dell'allattamento
65	Due sapienze diverse	119	Difficoltà per la coppia
67	Necessità diverse	120	Il matrimonio monogamico
68	Il canto	121	La società poligamica
70	L'acqua	122	Il controllo della sessualità
72	Il concetto di salute	125	Le priorità dell'allattamento
76	La nascita dell'uomo ecologico	127	La riscoperta del valore dell'allattamento
78	La sapienza dell'istinto	128	Gli acidi grassi nell'alimentazione umana
80	Colostro e civiltà	130	Riconsiderare gli atteggiamenti
80	Un concentrato di anticorpi	133	Il tempo delle ninne nanne
81	L'azione immunitaria	134	Bibliografia
82	L'azione di rinforzo		
82	L'importanza degli acidi grassi insaturi		
83	Il neonato sa trovare il colostro		