

Introduzione

«È UN PECCATO CHE L'ALBA SORGA COSÌ PRESTO»

Quello che inizia ha una forza,
una grazia
che non torna mai più.

Charles Péguy

Diceva Achille Campanile, con sottile umorismo, che «è un peccato che l'alba sorga così presto nella giornata, perché non c'è nessuno lì a vederla». In realtà qualcuno c'è. Sono quei pochi che si alzano presto per lavorare o perché non riescono a dormire. Ecco, se stiamo leggendo questo libro noi siamo tra quei pochi che per vari motivi si trovano alzati a voler ammirare l'alba della vita.

E quando l'hai vista anche solo per un istante, non te la scordi, ti innamori. Capisci che in quell'alba c'è una forza dirompente, che non è un momento della giornata della vita come gli altri. E vuoi capire di più, assaporare di più, essere più informato, capace di capire, di guardare ancora a quell'alba. Ora hai in mano un testo che ti aiuta in questo viaggio di comprensione, stupore, affetto.

È un testo che potremmo definire «sistematico». Sistematico qui significa che «sistema» in ordine le cose per dare le notizie più importanti, fornire approfondimenti là dove serve, lasciare poi a chi legge la possibilità di ulteriori ricerche; ma avendo ricevuto una chiave di lettura.

Cosa non è? Certo non è un testo di patologia o di fisiologia: ce ne sono di ottimi per le scuole e le università. Non è nemmeno un «*volemose bene*», cioè una lettura per distrarre, rassicurare, rendere tutto superficiale.

È una chiave di lettura della gravidanza e dei primi mesi di vita dopo la nascita.

Passo dopo passo, chi legge viene indirizzato a capire che l'inizio della vita del figlio non si può leggere senza leggere la vita della

mamma; e la vita dopo la nascita non si capisce se non si legge la vita prima di nascere.

È la bellezza dei primi mille giorni di vita.

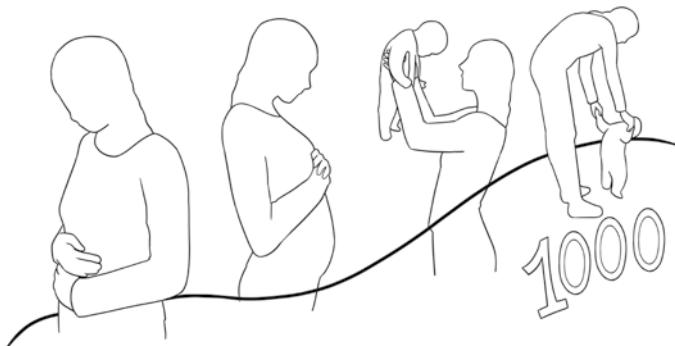


Figura 1. I primi 1000 giorni.

Mille giorni. È un'esplosione di colori, sapori, sensazioni, moltiplicazione di cellule, scambi di informazioni... innamoramento, abbandono, nascita, addii. Tutto in mille giorni, che sono i più alti, i più forti, i più drammatici, i più emozionanti di tutta la nostra vita. E non lo sappiamo. Dall'embrione al bambino che parla e cammina. Mille giorni. Mille giorni esatti passano dal concepimento al compimento del secondo anno di vita. E quello che accade in questi mille giorni è irripetibile e fondamentale.

È irripetibile come impeto, perché la forza, l'energia, l'irruenza della vita che si sviluppa non si ritroveranno più negli anni successivi. La moltiplicazione delle cellule, la loro differenziazione, la loro proliferazione; la comparsa dei sensi, le prime percezioni, i primi dolori.

È fondamentale come materia plastica in balia delle forze della genetica e dell'ambiente. Quello che stimola da fuori o da dentro la massa vitale che si sta formando lascia dei segni indelebili. Se gli

stimoli sono buoni, i segni saranno buoni; se gli stimoli sono nocivi, i segni che si porterà appresso il bambino saranno meno belli.

Eppure nessuno insegna ai futuri genitori sui banchi di scuola a prendersi cura di sé e del figlio proprio in questi mille giorni. Anzi, si pensa comunemente che «la vita» inizierà dopo, che il carattere si forgerà in seguito, che i danni e i dolori in questi giorni... «passano». Sbagliato! È proprio qui che i danni e i dolori lasciano l'impronta più forte per il futuro. Così come le belle cose e l'ambiente sereno lasceranno un segno tale da far intravedere tutta la vita in discesa, serena, più facile.

Certo, ci saranno difficoltà, e iniziare la vita bene non è garanzia di avere un'autostrada spianata davanti a sé, così come iniziartela male non significa che le cose saranno per forza insidiose. Ma perché non facilitare questo percorso dalla sua alba?

È quello che faremo qui. Con utilità anche per gli studenti universitari, che spesso affrontano la pediatria e la neonatologia come una serie di malattie da curare o di terapie da fornire. Occorre uno sguardo olistico, che non significa sentimentale o astratto, ma «completo».

E con utilità delle mamme e dei babbi, che di solito si trovano a fare i conti con la gravidanza come li farebbero con un'attrezzatura che qualcuno gli consegna senza dirgli come funziona.

E, sono certo, con utilità per i bambini.

CARLO BELLINI

I

UN VIAGGIO SENZA SOSTA

Una legge da ricordare

Una coppia affiatata

La mamma è per il bambino come il mare è per un’isola. Quante volte avete guardato un’isola dall’aereo, dal mare, in una foto? E cosa avete visto? «L’isola», verrebbe da rispondere. E questo è vero a metà. Perché insieme all’isola avete visto il mare, il cielo, qualche nave qua e là. È un fenomeno di *cecità funzionale*, che ci fa focalizzare su una cosa, anche se ce ne sono tante intorno. I botanici fanno l’esempio della *cecità botanica*: se guardate un orso in una foto e chiedete cosa c’è nella foto, vi risponderanno: «l’orso», ma dietro ci sono betulle, rampicanti, abeti, che però non vediamo, attratti da quello che c’è in primo piano.

Tutto questo per dire che noi vediamo il bambino o vediamo la mamma a seconda di dove siamo focalizzati, mentre in realtà li stiamo vedendo entrambi. Perché dal concepimento fino a vari anni dopo la nascita non esiste la mamma senza il bambino e non esiste il bambino senza la mamma. Ma non dal punto di vista fisico, cioè della sopravvivenza: oggi si sopravvive e vive a lungo con o senza mamma; ma questo è esattamente e indubbiamente vero dal punto di vista della persona, dell’essere persone: mamma e bambino nei primi mesi sono un impasto e un aggrovigliamento senza paragoni. Si chiama simbiosi, ed è quando due esseri convivono e uno non può fare a meno dell’altro. O dell’altra. La coppia mamma-figlio è come la farina col lievito, come l’ape con la margherita in aperta campagna: uno non potrebbe fare a meno

dell'altra. E viceversa. Sono una diade, cioè una coppia organicamente strutturata. Importante per la salute reciproca e inseparabile almeno per i primi due anni di vita.

Purtroppo in questa società ci insegnano il contrario. Vedremo nel testo come questo non solo è falso ma anche pericoloso¹.

Sotto la superficie delle apparenze

Ma pensate ora ad un subacqueo che si immerge sotto la superficie del mare, o ad un paracadutista che voli giù da un aereo verso il suolo, sentendo l'aria, il vento, il rumore del vento, il fresco dell'aria o la sua umidità... è guardare in un'altra dimensione, la dimensione del profondo. Già, tutti guardiamo, ma in pochi ci immergiamo; pochissimi sanno immergersi nel passato e nel futuro di quello che vedono! Allora facciamolo lo sforzo di pensare al prima e al poi di quel bambino appena nato, che pesa tre chili o quattro, che è lungo circa cinquanta centimetri, ma che si attacherà al seno per affannarsi a succhiare tutto il latte possibile per almeno sei mesi; poi inizierà a staccarsi dal seno per usare la bocca per bofonchiare qualcosa e tutti saranno intorno felici a fare versi per farsi rispondere con bofonchi. E facciamo lo sforzo di pensare a cosa era prima, immerso nel liquido amniotico del pancione, dove riceveva qualche lontana eco delle voci, qualche rimbombo dei suoni, qualche rapido movimento che lo faceva sobbalzare.

Questa visione orizzontale (l'ambiente) e verticale (il tempo) si devono fondere in chi guarda, per arrivare a vedere quest'immagine in quattro dimensioni. Siamo abituati troppo a guardare solo in due dimensioni la maternità, cioè il bisogno quotidiano di cibo e vita; raramente arriviamo a guardare in tre dimensioni, cioè

¹ E qui aggiungo una postilla che varrà per tutto il resto del libro: la mamma biologica è il soggetto di riferimento primario, il porto sicuro, la fonte della nutrizione e della vita, ma per motivi vari può essere assente. Occorre che il bambino trovi il modo di riprendere un dialogo preferenziale con un soggetto che la sostituisce, per esempio in caso di adozione.

pensare al rapporto col mondo di questo nuovo essere, al suo impatto di ansia e di gioia interni; quasi mai si pensa in quattro dimensioni, cioè aggiungendo la dimensione temporale, quella che ci fa domandare: «Da dove viene?» «Che destino avrà?»... questo bambino o bambina che è, che era, che sarà.

Nell'*«Interpretazione dei sogni»*² Freud parla di sogni legati all'esperienza intrauterina del bagno amniotico, o sogni riguardanti la propria nascita. Sogni in cui riaffiora una sensazione antica, di tanti anni prima, vissuta inconsciamente eppure tremenda per la sua bellezza o per la sua forza. Anche di questo si nutrono i sogni. «Un gran numero di sogni, spesso aventi per contenuto soggetti come il passaggio in spazi angusti o l'essere nell'acqua, si basano su fantasie di vita intrauterina, di esistenza nell'utero e dell'atto della nascita». Questi riferimenti a sogni relativi all'acqua, all'essere salvati dalle acque ricorre spesso nei lavori di Freud, che li lega alle esperienze prenatali³.

Ploye⁴ ha suggerito che, mostrando tanta attenzione a quest'area, Freud dicesse chiaramente che la sensa-

Freud alludeva anche all'esperienza simbolica del sonno come ritorno inconscio alla sicurezza del grembo materno: «Il sonno è una riattivazione dell'esistenza intrauterina, che soddisfa le condizioni di riposo, calore ed esclusione dello stimolo; infatti, nel sonno molte persone riprendono la postura fetale. Lo stato psichico di una persona addormentata è caratterizzato da un ritiro quasi completo dal mondo circostante e dalla cessazione di ogni interesse per esso».

² S. Freud (1900), *The interpretation of dreams*, in A.A. Brill. (ed.), *The basic writings of Sigmund Freud*, New York, The Modern Library.

³ S. Freud (1916), *Introductory lectures on psycho-analysis. The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud*, Volume XV (1915-1916). Retrieved June, 2009, da <http://www.pep-web.org.lib.pepperdine.edu>.

⁴ P.M. Ploye (1973), *Does prenatal mental life exist?*, International Journal of PsychoAnalysis. 54, 241-246.

zione di essere stato immerso nel liquido amniotico come feto era diventata un simbolo nella mente dell'adulto, ed era recuperabile come memoria inconscia. Ma al culmine dei suoi studi, Freud (1926) offrì la sua visione più famosa della continuità della vita pre- e postnatale quando affermò: «C'è molta più continuità tra la vita intrauterina e la prima infanzia di quanto l'impressionante cesura dell'atto della nascita vorrebbe farci credere».

Una legge da ricordare

C'è una legge da ricordare sempre, che potremmo sintetizzare così: **«A parità di stimolo, gli effetti buoni o cattivi sono maggiori quanto più immaturo è il soggetto».** Cioè, uno stimolo dato ad un neonato avrà delle ripercussioni sul suo futuro maggiori di quelle che si hanno dopo che lo stesso stimolo è dato ad un ventenne. Semplicamente perché il neonato è un sistema organico in evoluzione, ma in un'evoluzione così tempestosa che ogni minima impronta che ci si appoggi ne cambia il futuro; un sistema in cui tutte le cose devono ancora trovare la loro giusta allocazione; e quanto è facile che un pezzetto finisca fuori posto! Questa legge, semplice e chiara, ci dice: **«Cancellate un falso mito dalla testa!».** Quale? **Il falso mito che feto, embrione, neonato, lattante siano stati inerti, sonnolenti, assopiti; che la vita-vita verrà fuori dopo.** Invece no, perché la vita si dibatte per sopravvivere e per acquistare forma sin dal concepimento, e se ci mette le mani qualcuno senza delicatezza può fare danni. L'alba della vita è questo: entusiasmo ma anche fragilità.

La vita è fragile più all'inizio che nella maturità. Si pensi ad esempio al fatto che l'ambiente può cambiare il modo di esprimersi del DNA delle cellule giovani e portare conseguenze a lunghissimo termine⁵. Anche perché le cellule giovani di un embrione, di un

⁵ S. DastAmooz - S.T. Broujeni - N. Sarahian, *A primary study on rat fetal development and brain-derived neurotrophic factor levels under the control of electromagnetic fields*, J Public Health Afr. 2023 Apr 19; 14(6): 2347.

feto, di un neonato, in gran parte sono cellule staminali. Cosa è una cellula staminale? È una cellula-tronco («*stamis*» in greco indica appunto l'albero della nave), cioè la cellula da cui si dipartiranno i rami e poi i ramoscelli delle cellule-figlie e figlie-delle-figlie; se si sciupa il tronco, anche i ramoscelli verranno storti e fuori forma.

E la vita nella sua alba è esplosiva. Come non lo sarà mai più.

Attenzione allora a come si coltiva il seme e l'alberello al suo nascere, perché si può ferire. Ma anche ottimismo: se coltivato con arte, questo piccolo albero crescerà forte e slanciato.