

LA VITA PRENATALE, può influenzare l'allattamento e l'attaccamento.

Dott Giustardi Arturo

“La storia dell'uomo durante i nove mesi che precedono la sua nascita sarebbe, probabilmente, assai più interessante e conterrebbe eventi di maggior importanza dei settant'anni che ad essa seguono.”

Samuel Taylor Coleridge, 1840

Per troppi anni, il bambino in età prenatale è stato considerato nella cultura occidentale un essere indifferenziato, dotato di un corpo ma non di un'anima; un essere incapace di vedere, di sentire, di comunicare; un organismo passivo ed insensibile, incapace di relazionarsi con il mondo esterno, in grado di raggiungere certe abilità di comportamento solo dopo la nascita.

Le numerose ricerche scientifiche che in questi anni hanno indagato la vita prenatale, hanno permesso di scoprire che il nascituro ha una vita intrauterina complessa ed imprevedibile.

Egli è dotato inoltre di una sua specifica individualità stabile nel tempo, in cui le precoci abilità sensoriali, trovano il loro naturale sviluppo in un rapporto di continua interazione con l'ambiente esterno.

Si sta riconoscendo via via sempre con maggiore forza l'importanza che la vita prenatale ha sullo sviluppo successivo della persona, del suo carattere, della sua personalità. Il periodo gestazionale diventa così una fase fondamentale e basilare per lo sviluppo del temperamento del bambino.

La vita dunque non ha inizio al momento della nascita, ma è un continuum che origina al momento del concepimento; l'emozione e il senso del sé non si creano durante il primo anno di vita, ma significativamente prima, nel grembo materno.

Non vi è separazione tra mente e corpo: tutto ciò che noi sperimentiamo psicologicamente, emozionalmente e mentalmente viene contemporaneamente provato dal nostro corpo a livello cellulare e a livello biologico.

Negli ultimi venticinque anni, siamo stati in grado di osservare ciò che avviene all'interno del grembo materno grazie allo sviluppo e al perfezionamento di tutta una serie di tecniche diagnostiche. Grazie all'eccezionale abilità del microscopio elettronico a scansione, di fibre ottiche a lenti speciali, di proiezioni ad ultrasuoni, e di altri dispositivi di rilevamento e tecniche di laboratorio, ora disponiamo di un quadro complessivo dello sviluppo di ogni singola parte dell'organismo prima della nascita.

Il bambino durante la vita intrauterina comincia a non essere più inteso come un individuo indifferenziato, incapace ed incompetente, privo di qualsiasi facoltà

psichica, ma come un essere sensibile e competente, dotato allo stato embrionale di tutte le potenzialità umane che possono essere rilevate solo ricorrendo a mezzi appropriati.

Diversi studi, hanno permesso di capire come la realizzazione di una relazione significativa e di un'armoniosa stimolazione del nascituro, possano offrire molteplici vantaggi e benefici alla crescita e allo sviluppo del bambino.

“Ogni esperienza, ogni momento, ogni attimo di vita intrauterina rappresentano dei pezzi di esperienza che il feto memorizza; tutto questo viene organizzato a va a far parte del bagaglio di esperienza del feto.”

Berne, 1961

LO SVILUPPO DEL CERVELLO

Si è notevolmente modificata negli ultimi anni anche la vecchia corrente di pensiero secondo cui lo sviluppo del cervello dipendeva dai geni con cui uno nasceva. In realtà la formazione del cervello, e di conseguenza della nostra personalità, dipende da una complessa interazione tra il patrimonio genetico e le esperienze che si compiono. E sono proprio le esperienze vissute nei primi tre anni di vita quelle che hanno un impatto decisivo sulla formazione del cervello.

All'età di tre anni il cervello dei bambini è due volte e mezzo più attivo rispetto a quello degli adulti.

Il cervello è sensibile all'esperienza durante tutto il corso della vita, ma l'esperienza durante il periodo critico prenatale e perinatale organizza il cervello. Quest'ultimo emerge dunque da una complicata interrelazione tra i geni che ci caratterizzano e le esperienze che viviamo.

I geni non determinerebbero che un potenziale di connessioni, mentre l'ambiente sarebbe indispensabile all'espressione di questo potenziale.

Marion Diamond dell'università di Berkeley, in California, ha eseguito alcuni esperimenti su dei topi, per studiare l'apprendimento in utero. Ha posto alcuni di questi topi in ambienti molto stimolanti ed altri in gabbie estremamente noiose. I topi del primo gruppo mostravano uno spessore corticale superiore rispetto ai topi del secondo gruppo.

In un altro studio sono stati analizzati due gruppi di cavie incinte. Un gruppo ha portato avanti la gravidanza in un ambiente arricchito e l'altro in un ambiente normale. I nati dalle madri che vivevano in un ambiente arricchito, hanno imparato molto prima a muoversi in quell'ambiente, rispetto ai nati dell'altro gruppo.

Numerose ricerche sembrano poi dimostrare che una stimolazione prenatale aumenti il numero di sinapsi.

“Sappiamo che esperienze ricche e positive stabilizzano i collegamenti all'interno del cervello. Non vi è alcun motivo per non ritenere che anche l'aggressione o la violenza possano essere fattori di influenza sul cervello”

Henry Haganich

Il cervello di un embrione produce molti più neuroni o cellule nervose rispetto a quante ne abbia bisogno, poi elimina quelle eccedenti. Secondo Verny i neuroni sono eliminati non perché non siano necessari, ma perché il cervello non viene stimolato abbastanza per utilizzarli. I neuroni creano delle relazioni fra loro; alcuni di questi collegamenti iniziano ad essere utilizzati, mentre altri, quelli non stimolati, diventano inattivi.

I neuroni corticali si sviluppano nello strato più profondo della corteccia immatura e iniziano un processo di migrazione verso l'alto. E' durante questa migrazione che, se la madre è in una situazione di stress, ansietà, depressione, o sta assumendo delle droghe, si può verificare un'interferenza al processo di maturazione con un'alterazione dell'architettura del cervello in formazione.

Ogni organismo vivente ha due categorie di comportamento per la sopravvivenza: quelli che sostengono la crescita e quelli per la protezione. Secondo Lipton vi è una sorta di reazione di squadra, nella quale gli schemi dello sviluppo vengono smistati verso la crescita o verso la protezione a seconda dell'ambiente circostante.

- una donna incinta stressata trasmetterà in continuazione segnali di stress al nascituro, spostando l'ago della bilancia dello sviluppo cerebrale del suo bambino dalla crescita alla protezione.
- segnali che trasmettono l'esistenza di amore e sostegno da parte della madre incoraggiano la relazione di programmi genetici che favoriscono la crescita.

L'ORIGINE DELLE SENSAZIONI

“Sia in fase di veglia che in fase di sonno, un feto è costantemente sintonizzato con ogni azione, pensiero e sentimento della propria madre. Dal momento del concepimento, l'esperienza intrauterina forgia il cervello e getta le basi per la personalità, il temperamento e le capacità del pensiero”.

Fin dalle prime settimane di vita il bambino ha delle precoci abilità sensoriali e competenze di tipo neuropsichico. I sistemi sensoriali sono pronti a funzionare molto tempo prima di raggiungere la loro maturità strutturale. Lo sviluppo del sistema nervoso ha inizio a partire dal diciottesimo giorno di vita. Intorno alla sesta settimana di vita, nonostante le dimensioni ridotte presenta già differenziate le tre principali parti del cervello.

Il tatto è il primo senso a funzionare nel periodo prenatale. Il feto risponde riflessivamente al tocco sulle labbra intorno all'ottava settimana di gestazione. La risposta agli stimoli tattili si diffonde dalle guance alla fronte, agli arti. Gli ultrasuoni dimostrano che fin dalla quattordicesima settimana di gestazione il feto è in grado di succhiare. Quest'ultimo controlla il ritmo di suzione del liquido amniotico ed aumenterà o diminuirà questo ritmo a seconda della presenza dei gusti dolci o amari. Il liquido amniotico, a seconda del cibo ingerito dalla madre, offre stimoli gustativi e olfattivi al bambino, che in questo modo, partecipa alle abitudini della madre e viene indirettamente sensibilizzato ai suoi usi e costumi.

Di tutte le sensibilità umane, quella uditiva è sicuramente la più studiata per la facilità di presentazione degli stimoli al feto.

L'udito comincia prima di quanto si potrebbe pensare: alla sedicesima settimana di gestazione, sebbene l'orecchio si formi completamente intorno alla ventiquattresima settimana di gestazione.

E' stato visto che dalla ventiduesima settimana di gestazione il feto ha una reazione di soprassalto o di arresto quando gli viene proposta una musica ad alto volume attraverso la parete uterina.

Si registrerà successivamente anche il fenomeno dell'abituazione, e cioè la graduale diminuzione della risposta al ripetersi dello stesso stimolo.

Uno dei primissimi segnali che dimostrarono il funzionamento dell'udito riguardò l'esecuzione di brani musicali a un gruppo di feti tra il quarto e il quinto mese di gravidanza, in una clinica ostetrica londinese. Beethoven, Brahms li rendevano irrequieti; Vivaldi e Mozart producevano invece un effetto rilassante.

I nati sembrano comunicarci che sono in grado di udire suoni forti e che non li apprezzano per niente.

“Ritengo che non ci domandino il silenzio, ma almeno un po' di pace e di armonia in più!”

David Chamberlain

E' oggi accertato che il nascituro sente e riconosce la voce della sua madre e che sembra addirittura ricordarne le parole! Da una serie di esperimenti è stato visto che il neonato che riascolta appena nato la voce della sua mamma ha una suzione più tranquilla e meno agitata se invece della mamma gli venga proposta la voce di un estraneo. I neonati preferiscono ascoltare una storia che la madre aveva raccontato loro durante la gravidanza e con la quale erano già entrati in familiarità.

Geffry Filend, professore di ostetricia e ginecologia in California

è stato impegnato per tre anni alla creazione di un microfono che potesse raggiungere i suoni ascoltati dal bambino in grembo. Il microfono è stato introdotto in utero all'interno di un tubicino attraverso la vagina. Filend ha riferito in questi termini ciò che ha provato non appena ha sentito il primo suono percepito anche dal bambino:

“eravamo tutti in piedi lì, a bocca aperta, sorpresi da ciò che stavamo sentendo: persone che parlavano da alcuni metri di distanza, la porta che si stava aprendo, un'auto che passava sulla strada lì vicino; la chiarezza era a dir poco incredibile!”

Probabilmente la vista rappresenta il canale più importante attraverso cui il bambino comunica con l'ambiente esterno.

Anche il senso della vista si sviluppa prima della nascita, sebbene le palpebre rimangano fuse dalla decima fino alla ventiseiesima settimana di gestazione.

Ciononostante i bambini nel grembo materno reagiranno ad un flash puntato sull'addome della madre. Al momento della nascita la vista è sviluppata anche se non ancora perfetta, ma sicuramente adeguata a rispondere alle esigenze immediate.

Una delle sorprese è stata che il movimento comincia intorno alla decima settimana di gestazione. E' stato possibile determinare ciò grazie all'aiuto della tecnologia ad ultrasuoni sempre più avanzata. Il movimento fetale è volontario, spontaneo, non a scatti e riflessivo a differenza di quanto si pensava. Dalla decima settimana di gestazione, i nascituri muovono le loro mani verso la testa, la faccia e la bocca; flettono ed estendono le braccia e le gambe; aprono e chiudono la bocca. Il movimento è una espressione del sé e della propria personalità. Coppie di gemelli osservati periodicamente tramite ultrasuoni durante la gestazione mostrano spesso profili motori altamente indipendenti e man mano che passa il tempo continuano a distinguersi attraverso i movimenti.

Un'osservazione accurata ha messo in luce molti comportamenti inaspettati. Dalla sedicesima settimana di gestazione è stato osservato che i bambini maschi presentano le prime erezioni. Dalla trentesima settimana di gestazione i neonati presentano un'intensa attività onirica, trascorrendo più tempo nello stato di sogno di quanto faranno una volta nati. Ebbene anche il sognare è l'espressione di un'attività spontanea e personale.

Un gruppo di ricercatori del centro Sinai di New York, riferisce che il feto potrebbe anche pensare ai propri movimenti prima di muovere le braccia o tirare i calci. Infatti è stato notato che il battito cardiaco cominciava ad aumentare una decina di secondi prima della effettuazione del movimento, analogamente a quanto osservato negli adulti. Scoprire una simile accelerazione nel feto, è una prova del fatto che il pensiero può avere origine già in fase di gestazione, ad una età di cinque sei mesi. Sono numerosi i segni che indicano che ad un certo punto, tra il quinto e il sesto mese dal concepimento, il bambino si trasforma, e non è più un essere solamente sensitivo, ma è anche sensibile; questo indica la possibilità che i feti ricordino cosa avviene loro dalla fine del secondo trimestre in poi.

LO STRESS IN GRAVIDANZA

Dal momento del concepimento, l'esperienza intrauterina forgia il cervello e getta le basi per la personalità, il temperamento e le capacità del pensiero.

Fin dalla gestazione quindi, il bambino è in grado di vedere, udire, di fare esperienze, di toccare, di apprendere, ma soprattutto è in grado di provare sensazioni e di rispondere agli stimoli interni ed esterni di pericolo, di sofferenza e di dolore, e di attivare i suoi sistemi di allarme e di difesa. I bambini particolarmente deboli e vulnerabili, possono sperimentare durante la gestazione degli stati di stress, di tensione e di turbamento, e viverli in forma di traumi che potranno ripercuotersi successivamente come disturbi emozionali, psicosomatici.

Le indagini sulla vita prenatale hanno messo in evidenza che uno dei fattori di rischio per la salute dei bambini è dato dallo stress della madre vissuto nel periodo della gestazione. Al contrario è stato visto che le situazioni di benessere, vissute dalla madre durante questo periodo, esercitano un'influenza positiva sulla salute del figlio.

Negli ultimi anni una serie di studi ha documentato l'aumentato rischio di patologie nei bambini esposti a stress materno eccessivo, ansia e depressione durante la vita intrauterina.

Secondo un gruppo di ricercatori del Kentucky l'ambiente uterino plasma lo sviluppo del bambino e dosi elevate di stress della madre possono predisporre ad un più alto rischio di malattie cardiache e di diabete.

In un altro lavoro è stato dimostrato come severi stress psicosociali in gravidanza aumentino il rischio di malformazioni, soprattutto a carico della cresta neurale.

Secondo Thomas Verny, un bambino geneticamente vulnerabile esposto a forti stress prenatali vive una situazione di rischio che può sfociare in una patologia comportamentale che va dall'iperattività all'autismo.

L'esperienza clinica sta dimostrando che il legame e l'attaccamento che vengono messi in moto durante il periodo pre e perinatale influiscono in larga misura su tutte le successive dinamiche relazionali. Tutt'ora vengono praticati, spesso di routine, degli interventi dolorosi e questo produce un conseguente disagio e sofferenza nei bambini. Le attuali tecnologie che riguardano la nascita includono spesso procedimenti estremamente invasivi per il nascituro.

Lo stress materno durante la gravidanza porta nel nascituro ad una maggiore produzione dell'ormone acth e di conseguenza ad una maggiore produzione di adrenalina e noradrenalina. Lo stress può determinare anche una minore produzione di ossitocina e di serotonina. Tra gli ormoni secreti durante la reazione allo stress, anche il cortisolo sembra rivestire un ruolo particolarmente importante.

Una ricerca di Lou e collaboratori sugli effetti neurologici dello stress prenatale ha dimostrato che esiste una correlazione significativa tra lo stress vissuto in gravidanza e la circonferenza cranica ridotta nel neonato.

Alcuni ricercatori di Boston hanno scoperto che le madri depresse partorivano in genere bambini più inclini al pianto e difficili da consolare.

Le donne che manifestano stati ansiosi e depressivi all'inizio della gravidanza hanno maggiori probabilità di partorire bambini che necessitano di rianimazione e con un punteggio Apgar più basso.

Le condizioni di stress cronico in gravidanza possono influenzare, attraverso la mediazione ormonale, la futura reattività del feto. L'esposizione ad influssi ormonali abnormi durante la vita embrionale può influenzare il comportamento e le risposte biologiche dopo la nascita.

Dagli studi di Sandman e Wadhwa è emersa una connessione significativa tra lo stress prenatale e gli esiti della gravidanza. Le donne che avevano riportato livelli più elevati di eventi stressori legati alla loro vita erano più predisposte a partorire figli con basso peso, mentre quelle che avevano alti livelli d'ansia legati alla gravidanza avevano rischi maggiori di partorire pretermine.

Nello studio della Monk sono state esaminate delle gestanti sane durante il terzo trimestre di gravidanza, sottoposta ad una breve prova volta ad indurre una risposta di stress. I risultati hanno evidenziato come il comportamento del feto cambiasse in risposta allo stato d'ansia e al tipo di reazione della madre allo stress (aumento del

ritmo cardiaco fetale in corrispondenza ad un aumento dell'indice di stress della madre).

Anche dalle ricerche di Rigetti è emerso che al variare della frequenza cardiaca materna, varia significativamente anche la frequenza cardiaca fetale, sia nella condizione di attivazione che di rilassamento. Lo stesso comportamento dicasi per la motricità fetale.

IL DOLORE FETALE

“Numerose prove suggeriscono che persino nel feto le sequenze del dolore, così come i centri corticali e subcorticali necessari alla percezione del dolore, sono ben sviluppati nella fase finale della gravidanza e i sistemi neurochimici, che ora si sa sono associati con la trasmissione del dolore e della modulazione, sono integri e funzionanti”.

K.J.S. Anand New England Journal of Medicine 1987

Il fatto che il nascituro non comunichi con lo stesso linguaggio dell'adulto, ha fatto sì che, fino a pochi anni fa, lo si pensasse incapace di provare sentimenti ed emozioni, passivo al dolore sia fisico che psichico.

Ed invece diverse prove scientifiche hanno dimostrato che il feto percepisce il dolore e forse ha una maggiore sensibilità allo stesso.

Il feto ha infatti una concentrazione di recettori per il dolore maggiore rispetto all'adulto e ha anche una maggiore secrezione di sostanza P mediatrice dell'impulso doloroso.

In uno studio condotto su bambini che necessitavano di trasfusioni intrauterine è stato evidenziato un aumento del 600% di beta endorfine, ormoni che vengono prodotti per far fronte allo stress.

Il feto risponde alla puntura della vena con un aumento degli atti respiratori, della frequenza cardiaca, dell'attività motoria, oltre che con un aumento della produzione di cortisolo e di beta endorfine.

Le reazioni all'esame invasivo dell'amniocentesi spesso si manifestano nel nascituro con un'accelerazione prima e una inibizione poi del battito cardiaco e della motricità, oltre che con il blocco respiratorio.

“ Per un secolo intero, i neonati hanno combattuto una battaglia senza speranza per convincere i medici che sono in grado di provare dolore e che il dolore che provano ha un significato.”

David Chamberlain

Il rifiuto del concetto di dolore nei neonati da parte del mondo medico si è dimostrato sfacciato nel sottoporlo a interventi chirurgici senza l'uso di sostanze anestetiche, nei riti dolorosi relativi ad interventi invasivi, nel continuo infliggere dolore alla nascita e nella circoncisione dei neonati maschi.

“Il feto è costantemente trattato come se non sentisse nulla e non gli viene dato alcun analgesico o alcun anestetico quando si effettuano interventi potenzialmente dolorosi”

Nicholas M. Fisk

Riuscire a gestire il dolore costituisce una sfida per i pazienti di tutte le età. Ma le conseguenze sono più gravi nei neonati e nei bambini, poiché nel loro caso lo stesso dolore può alterare la struttura del sistema nervoso influenzando per sempre le percezioni, le strategie di contatto con gli altri e lo stato emotivo lungo tutta l'esistenza.

L'unione, il legame affettivo, la relazione primaria tra madre e figlio hanno origine nella fase prenatale e si consolidano successivamente dopo la nascita. La coppia e l'ambiente familiare hanno un'elevata influenza sulla vita del nascituro. E' proprio nei nove mesi di gravidanza che il nascituro riceve i primi condizionamenti e subisce i primi traumi che, se non eliminati, in futuro continueranno ad agire e produrre uno stato di disagio e malessere.

“ Io credo che tutti noi iniziamo la nostra vita come persone buone e capaci di amare ma, spesso questo stato iniziale viene corrotto da tutta una serie di tossine nell'utero nella fase prenatale. Se tutti noi potessimo concepire i nostri figli in una situazione di amore, e nutrirli nel ventre con amore, e crescerli in una situazione d'amore e di rispetto, una volta che questi bambini saranno diventati adulti, restituirebbero al mondo ciò che hanno ricevuto, ma in quantità superiore..... Credo sia necessario ricordare che il modo in cui noi trattiamo i nostri figli sarà il modo in cui loro tratteranno noi e che, se desiderate avere un mondo migliore, un mondo di pace, un mondo abitato da persone buone, dobbiamo iniziare a comportarci positivamente nei confronti dei nostri figli dal momento del concepimento in poi”

Thomas Verny