



## Lascia che la natura segua il suo corso...

**Separarsi da un bambino portato in grembo per nove mesi è uno dei compiti più difficili che una donna, una madre deve affrontare e superare.**

Nella vita intrauterina si è instaurato un dialogo non verbale tra la madre e il figlio, per cui il momento della nascita non segna l'inizio di un rapporto, bensì la sua continuazione. Il parto rappresenta una **DOPPIA NASCITA**: da un lato la nascita di un bambino, dall'altra quella di una madre. Il parto naturale è un avvenimento faticoso, fisicamente e psicologicamente, ma che segue un corso naturale, scandito da tappe fondamentali per il benessere della madre e del suo bambino.

La medicalizzazione del parto, cesareo ed analgesia, tiene sotto controllo sia la fatica fisica che il dolore, ma anche l'aspetto psicologico legato all'angoscia della separazione, creando una mera rassicurazione. Il parto cesareo è pur sempre un intervento chirurgico con un decorso post-operatorio. Il taglio cesareo, introdotto nella pratica ostetrica per le partorienti che presentano complicanze mediche, oggi, purtroppo, sembra essere il canale di scelta preferenziale. L'OMS (Organizzazione Mondiale della Sanità) ne denuncia il suo eseguirsi nel 90% dei casi, mentre le linee guida tracciate dovrebbero mantenersi intorno al 15%. In Campania si raggiunge una percentuale del 54,04% (il 28% nella sola Avellino). Il parto cesareo, così come l'analgesia, praticato fuori da una situazione di pericolo reale, rischia di provocare una perdita esperienziale unica ed irripetibile per la donna e per il bambino.

Il parto è un fatto affettivo, sociale e culturale prima che medico e per questo bisogna rispettare le leggi biologiche e fisiologiche che ne governano le tappe fondamentali. Venire al mondo è un evento straordinario di relazioni fisiche-psichiche-sociali.

Il dolore, la fatica fisica, l'ansia sono elementi fondamentali della nascita, sono segni forti che la natura ha scritto e che sono di primaria importanza nel favorire lo sviluppo affettivo sano tra madre e bambino.

Il dolore trasforma la qualità della relazione, induce un ascolto profondo di Sé, unione mente-corpo, che permette la

creazione del legame con il bambino. Per parto naturale ed attivo si intende una situazione di intimità, profondità, contatto e sensibilità.

**Affinché la donna prediliga il parto naturale è importante che la gravidanza e il parto stesso siano accompagnati da:**

- adeguata preparazione psicologica, durante la gravidanza, sostenendo le fantasie e le angosce della donna, aiutandola a superare errate conoscenze, facilitando, in questo modo, vissuti di serenità e sensazioni emotive positive;
- adeguata preparazione fisica, durante la gravidanza, per poter affrontare il parto in modo più agevole, aiutandola nella respirazione e nell'alimentamento del bambino (migliorando la respirazione si agisce sui malesseri tipici della gravidanza quali: nausea, crampi, acidità, insonnia, ecc...);
- adeguata partecipazione decisionale della donna in accordo allo staff che la seguirà durante il travaglio e il parto;
- ambiente accogliente e confortevole al momento del travaglio;
- adeguato sostegno emotivo, al momento del parto, da parte dell'intero staff medico. ■



### La Metodologia Funzionale di preparazione al parto

La Metodologia Funzionale di preparazione al parto è una modalità di intervento integrato, si interessa all'intera persona ed ottiene effetti che **coinvolgono il bambino e la madre** aiutandoli a superare disturbi fisici, a vivere meglio le emozioni e a ripristinare un funzionamento biologico e fisiologico.

È una metodologia che si occupa del rapporto madre-bambino sin dall'inizio e che cerca di ottimizzare questa relazione, puntando al pieno benessere di entrambi. In definitiva, la Metodologia Funzionale è un intervento di prevenzione della salute psichica di madre-bambino.

Per meglio sostenere lo sviluppo di questo legame di attaccamento, dopo la nascita i genitori possono imparare come entrare in relazione con il proprio bambino attraverso le mani. Con la pratica del "Massaggio Infantile" si continua il dialogo che era iniziato durante la gestazione, migliorando le modalità comunicative e di scambio così importanti nella vita adulta.