

Riflessi nella vita dal prenatale

“La storia dell’individuo dopo la nascita dipende certamente dalle cure fisiche e mediche che egli riceve. Ma un influsso non piccolo su di essa hanno pure la serenità, l’intensità e la ricchezza delle emozioni provate durante la vita prenatale. Questa linea di ricerca prenatale va, pertanto considerata della massima importanza.”

Giovanni Paolo II (20 marzo 1998)

Se consideriamo che l’essere umano è formato dal patrimonio ereditario nell’ambiente nel quale ha cominciato a vivere autonomamente, da protagonista con la sua individualità, osserviamo che esso viene comunemente considerato come il riflesso dei suoi genitori. Infatti, una delle prime domande, che sorgono alla nascita di un bambino, è: *“A chi assomiglia: alla madre o al padre?”*. La risposta ovviamente non è mai univoca, anzi, talvolta diviene fonte di discussione, poiché in lui ritroviamo entrambe le componenti dei genitori variabilmente combinate. In questa analisi vengono presi in considerazione sia la conformazione e la struttura del corpo, e sia i comportamenti e le sue reazioni non apprese essendo già operative. Solo recentemente, con lo sviluppo dell’epigenetica, che studia l’influenza dell’ambiente nell’individuo, si è cominciato ad andare oltre il dato ereditato dai genitori e a considerare l’esperienza vissuta ancora prima della nascita, in quanto, come diceva uno slogan degli anni 90’: *“Alla nascita il bambino ha già nove mesi di vita”*. L’esperienza che il bambino vive dal concepimento rappresenta il tratto d’unione tra la dimensione genetica e quella ambientale, le quali insieme concorrono attivamente alla formazione della struttura biosichica dell’essere umano. Basti pensare al ruolo dell’emigrazione neuronale e alla conseguente formazione dell’architettura del cervello e della mente per capire come le prime esperienze di vita siano in grado di condizionare il modo di essere nel presente e di riflettersi nel futuro. Continuità questa messa in evidenza nel contributo di Maria Beatrice Nava quando collega il pre- con il post-nascita, per dire quanto sia importante rendere consapevoli

4ANPEP

i genitori di questa esperienza a partire dal nido d'infanzia. Infatti, è sempre più evidente che lo sviluppo dell'essere umano avviene in modo progressivo, con ritmi propri, e che ciò che accade in seguito è influenzato da quanto è avvenuto in precedenza. Questo consente di affermare che le condizioni di salute che l'essere umano manifesta nel corso della crescita sono modulate dalle esperienze iniziali vissute, in particolare nel grembo materno e nell'ambiente di vita dei genitori. L'ontogenesi embrio-fetale è, rispetto ad altre fasi della vita, il processo di gran lunga più sensibile alle informazioni provenienti dall'ambiente, come lo stress materno, l'alimentazione, gli agenti inquinanti. In sostanza, la gravidanza costituisce per il nascituro il periodo più sensibile ai cambiamenti epigenetici, dati dall'influenza ambientale. Tali informazioni inducono delle modificazioni fondamentali per comprendere quanto sia importante la capacità funzionale e di adattamento dei genitori in questo periodo, poiché essa diventa propria del genoma del figlio. Da qui nasce la necessità di svolgere un'opera di sensibilizzazione e di formazione dei genitori, per aiutarli a comprendere che le loro esperienze e i loro vissuti non sono separati, ma si riflettono direttamente sulla vita del figlio e sul suo futuro. È bene che i genitori non si trascurino e che la società non li trascuri, così da evitare che gli imprinting negativi (Maurer, 2008), dovuti ai loro vissuti, lascino delle tracce deleterie nella vita del figlio. Anzi, al contrario, è opportuno che essi curino la qualità della loro esistenza ed esperienza di vita per trasmettere dei precisi imprinting positivi al figlio, come semi, che se presenti potrebbero in seguito sbocciare e dare i loro frutti. Aspetti questi ampiamente messi in luce dall'articolo sul femminicidio dove l'autore evidenzia l'importanza delle relazioni sane ed equilibrate in gravidanza e il ruolo che l' "imprinting del rispetto" ha nel futuro della vita del figlio. L'influenza precoce degli imprinting nel bambino coinvolge direttamente il ruolo della prevenzione e della promozione della salute nella vita dell'individuo, con i relativi fattori di rischio e di protezione. Sappiamo, infatti, che entrambe sono finalizzate a ridurre il disadattamento e il disagio personale e sociale, anche se la promozione ha una marcia in più rispetto alla prevenzione, in quanto oltre che ridurre le possibili alterazioni organiche e funzionali, concorre a favorire lo sviluppo del benessere e della salute. Inoltre, contribuisce ad attivare le potenzialità latenti presenti nell'essere umano, che altrimenti rischiano di rimanere inespresse e lo aiutano a sintonizzarsi più facilmente con se stesso e con il suo progetto di vita, quale motivo di esistenza in questo mondo. L'obiettivo di numerose iniziative e progetti a favore dei genitori è quello di coinvolgerli direttamente affinché acquisiscano consapevolezza sull'importanza del periodo che precede il concepimento e della vita pre- e

perinatale del figlio, in quello che è comunemente riconosciuto come il momento strategico dei primi 1000 giorni. In maniera più specifica Crews (2014), in relazione alla compresenza di numerosi fattori presenti durante la fase dello sviluppo embrionale, pone l'accento sull'azione svolta dagli influssi ambientali ritenuti determinanti per la salute dell'individuo, nel corso del suo sviluppo e della sua esistenza. In queste iniziative sono coinvolti in primis i genitori e, in particolare, la madre e la coppia dei genitori, come nell'iniziativa esposta da Antonella Sansone, con la sua indagine qualitativa basata sulla relazione di consapevolezza prenatale da parte dei genitori, dove riconosce questa come una base fondamentale per lo sviluppo successivo del bambino. Cosa fino ad ora piuttosto trascurata, essendo i genitori ancora poco riconosciuti e sostenuti nell'affrontare questo importante ruolo generativo e genitoriale, con tutte le conseguenze del caso. L'adeguata preparazione e appoggio ai genitori in questa delicata fase di vita del figlio garantirebbe loro la possibilità di usare al meglio le risorse presenti nel loro universo di riferimento e di vita quotidiana. Ciò si rifletterebbe sui figli, in termini di resilienza, di abilità a fronteggiare lo stress e le difficoltà, e di potenziamento delle proprie competenze e abilità. Sarebbe inoltre importante che l'ambiente genitoriale, oltre a garantire delle buone pratiche e presenza di adeguate risorse o condizioni specifiche (individuali, familiari, scolastiche, comunitarie sociali), necessarie ad alimentare sane relazioni e ad accrescere nuove compatibilità, potesse favorire l'avvio di specifiche esperienze di natura creativo-espressiva o artistica. L'introduzione di pratiche, quali il canto e la musica, come rilevato da Luciana Mazzone nel suo articolo su "La musica che ci portiamo dentro", potrebbe avere un ruolo molto importante nell'ambito dello sviluppo, essendo un potente mezzo di comunicazione e un veicolo di emozioni e sentimenti di alto valore di integrazione personale e sociale. Ciò non riguarda solo la formazione del bambino, ma tutti coloro che vivono con lui e intorno a lui, in quanto sarebbero aiutati ad assaporare, insieme a lui, la spontanea meraviglia e stupore generati dalla gioia della vita. Per lo scrittore brasiliano Paolo Coelho (2018) sono tre le cose che un bambino può insegnare sempre ad un adulto: "... Essere contento senza motivo; essere sempre occupato con qualche cosa; pretendere con ogni energia quello che desidera...". Buona lettura!

Gino Soldera