

## Conclusioni

sen. **Tiziana Valpiana**, Presidente Onoraria dell'Associazione Nazionale Il Melograno, Centri Informazione Maternità e Nascita, Verona

QUANDO NASCE UN BAMBINO, NASCE ANCHE UNA MADRE.  
NON SOLO MADRE. NON SOLA

*L'Italia* è uno dei paesi con il più basso tasso di natalità, il più basso in Europa per tasso di occupazione femminile, e tra gli ultimi al mondo per presenza di donne nelle istituzioni. 3 segnali di malessere sociale. 3 problemi, evidentemente interconnessi, anche se la politica sembra non accorgersene.

In questo convegno abbiamo cercato di chiederci se le donne italiane, realmente, non abbiano voglia di fare figli o se, piuttosto, non siano messe nelle condizioni di fare quelli che desiderano.

Se non desiderino lavorare o se non trovino lavoro, o se i lavori che trovano siano incompatibili con i carichi di lavoro familiare e sociale.

Se non siano attratte dalle istituzioni o se le istituzioni le rifiutino e le releghino a ruoli marginali, conscie del fatto che un numero adeguato di donne in politica (almeno nella percentuale dell'elettorato, il 50%) cambierebbe la politica e orienterebbe il governo della cosa pubblica più verso la risposta ai problemi concreti delle vite che all'astrattezza delle ideologie, prestando attenzione alle problematiche che le donne pongono sul piano di un'organizzazione diversa della società che risponda ai soggetti e ai nuovi bisogni.

Questi 3 aspetti possono cambiare solo insieme: un cambiamento che non può essere solo legislativo (es. legge congedi tra le più avanzate, ma solo l'1,8% dei padri l'ha usata), ma deve essere economico (maggior potere economico alle donne e ai bambini modificherebbe molto), e cultural-esistenziale. Non può, quindi, che nascere dal lavoro sinergico delle donne, delle madri, delle lavoratrici, delle cittadine riunite in organizzazioni (dal sindacato, ai partiti, alle associazioni, ai gruppi di auto e mutuo aiuto, e a gruppi di pressione anche più informali) in collaborazione con le "istituzioni amiche" quali dovrebbero essere le amministrazioni pubbliche, che possono incidere sui tempi delle città e dei servizi e sulla creazione di municipalità "amiche delle donne" con ritmi, percorsi, spazi non 'neutri' (e il presunto neutro, lo sappiamo bene, è sempre a misura di maschio adulto) ma a 'misura di donna' che, come ci ha detto oggi Marina Piazza, mutano al cambiare del corpo.

Ogni donna è unica. E' unica la sua situazione affettiva, familiare e sociale. La sua biochimica è unica. Anche il post-partum è un'esperienza individuale e unica, ma ci sono problemi che tutte le madri vivono.

Nella famiglia allargata, certo, una madre poteva non godere di alcuna privacy, ma sicuramente non le mancavano aiuto e compagnia.

Oggi, invece, dopo una gravidanza affrontata sempre più spesso senza conoscerla, un parto disturbato (il processo fisiologico del parto, ci diceva Braibanti, non si può aiutare, ma si può disturbare) nel quale la donna si è sentita 'espropriata' (il dolore fisico nascosto riappare come dolore psicico?), la donna vive una perdita. La perdita della gravidanza, del bambino immaginario, dell'esperienza del parto desiderato, dell'esperienza dell'accoglimento, dell'autodeterminazione e della decisionalità ..., un vero e proprio processo di lutto.

Che in queste situazioni si verifichino crisi di adattamento, più o meno serie, non può certo meravigliare. Quello che meraviglia è che poco o nulla si faccia per prevenire e curare una situazione che può rovinare i primi mesi di vita con un bambino, che rende infelici e che certo ha ripercussioni anche pesanti sulle relazioni e sulle vite future della donna, del bambino, della coppia, della società.

I problemi e i sintomi sono molto minori al di fuori dell'occidente, laddove il post-partum è celebrato nella comunità. I riti incanalano la paura e solidificano il ruolo della donna. Inoltre, quando attorno ad un evento si coagula una ritualità e degli obblighi, se ne parla, si ribadiscono le responsabilità e le attitudini, il gruppo che partecipa offre supporti e attenzione alla nuova madre, si crea una figura 'tutelare'.

Tutto in grande contrasto con l'isolamento in cui vive questo periodo la maggior parte delle donne in occidente.

Eppure, nella stragrande maggioranza dei casi, i malesseri sono facilmente prevenibili con interventi semplici che, se attuati, impedirebbero il verificarsi di tragedie e sofferenze. Quando si sono attuate misure semplici ma efficaci basate sull'accompagnamento personale e non su servizi standardizzati si è visto che la presenza di DPP cala fino ad annullarsi del tutto.

Aiutare le donne fin dalla gravidanza a conoscere e familiarizzarsi con il dopo parto leggendo, partecipando a corsi, frequentando coppie con bambini: offrire sostegno per conoscere e riflettere in anticipo sui traumi personali e nella storia familiare, può allontanare una crisi, perché corpo e mente ricordano i traumi e in un momento critico come il dopo parto possono riportarli in superficie.

Aiutare ogni donna a sapere e programmare fin da prima che avrà bisogno di un aiuto quotidiano dopo la nascita, che è il tempo più di delegare che di fare, senza occuparsi troppo dell'apparire e delle richieste sociali e soprattutto di combattere l'attitudine a fare tutto da sola.

Preparare e sostenere l'allattamento che è meno faticoso, più semplice e mantiene la stabilità ormonale. C'è una sicura relazione in tutto il mondo tra declino dell'allattamento e aumento della frequenza di depressione (prolattina), anche se non è provato il contrario. Allattare non immunizza dalla depressione.

La maggior parte delle donne non necessita nel post partum di cure professionali. Hanno bisogno di cibo pronto. Hanno bisogno di baby sitter volontarie se hanno altri bambini, hanno bisogno di aiuto per il lavoro domestico. Hanno bisogno di amore e rassicurazioni. Hanno bisogno di succhi di frutta e tisane. In teoria qualsiasi vicina, parente o amico può fare queste cose, ma in pratica da noi, al di là della facciata e dello

sporadico aiuto dei familiari non è previsto, come in molte altre culture, un supporto generazionale alle nuove madri. L'OMS ha individuato come necessaria la figura della Doula (dal greco, serve, ed è per questo che il nome non è stato accettato dalle associazioni di donne greche e sarà necessario trovarne un altro universalmente valido). Una donna che aiuta una neo madre e il nuovo nato. Una professionista che si prende carico della donna incinta, della nascita, del dopo parto della sua famiglia, con una formazione che la prepara a rivalutare le vecchie tradizioni di benessere per la nascita e il dopo parto. Per noi era ed è la "co-mare", colei che è madre insieme e che nella nostra tradizione ha finito per indicare la figura un po' petulante di chi ha sempre una risposta per tutto. La co-mare è la guardiana di una nascita normale.

In Olanda, dove la maggior parte delle nascite avviene in casa, è assicurata un'ottima assistenza domiciliare da una "assistente professionale di maternità" (noi la chiamiamo assistente alla nascita) che arriva dalle 8 alle 17 per 8 giorni.

Un angelo che si prende cura della biancheria, della cucina, della spesa, della cura dei bambini più grandi, gestisce le visite, e fa i test post partum, in contatto quotidiano con medico e ostetrica. Risponde alle domande, supporta l'allattamento, aiuta la neomamma a non dimenticarsi di se stessa.

Le donne di Bali non possono entrare in cucina per 42 giorni dopo la nascita, il che vuol dire che qualcun altro ha cucinato per loro, così come il nostro divieto di stare con le mani in acqua aveva un significato di protezione della puerpera dai lavori domestici. Tradizioni e riti hanno una valenza importantissima indirizzata a coltivare la vita. Non solo dello spirito ma anche la vita materiale. Sanciscono il benvenuto al bambino nel mondo, ma anche il rientro della donna nella comunità. Una donna che va rispettata per il nuovo ruolo. Che non è solo di occuparsi del bambino, ma anche dei cambiamenti profondi della propria percezione d'immagine.

Mai nella storia le donne nel dopo parto sono state così sole.

"Per allevare un bambino ci vuole un villaggio" ci rammenta la saggezza di Gandhi.

Il Melograno in 25 anni di attività ha sperimentato concretamente come la più efficace forma di prevenzione stia nel costituire gruppi di appoggio e di auto e mutuo aiuto con altre madri e servizi di supporto nel dopo parto, anche per le donne con le esperienze di dopo parto più complesse (lutto, aborto spontaneo o volontario, prematuri, bambini particolari, donne che lasciano i figli, donne che sono state a loro volta abbandonate e adottate, vittime di abusi) per aiutare ciascuna donna a ritrovare la propria competenza nel divenire madre. Ha proposto e praticato di provare ad estendere il proprio ristretto ambito familiare incontrandosi con altre madri o aprendosi alla relazione con donne più mature, spesso sole e spesso anche competenti. Per questo oggi l'Associazione Nazionale "Il Melograno" propone da questo convegno di mettere in rete tutte le diverse esperienze che in questo campo sono state attuate in Italia e di divenire agenzia di formazione di questa nuova figura di assistente alla nascita, di professionalizzare (ma lasciandone intatta tutta la parte di dedizione alla relazione interpersonale) la 'co-mare', così come già negli anni ha formato in appositi corsi al proprio interno le conduttrici per i propri gruppi e le operatrici che rispondono ai servizi telefonici "SOS primi mesi", attivi in molte sedi con un lavoro di sostegno sempre più apprezzato dalle

neomadri che si rivolgono ai servizi telefonici attivi in diverse sedi Melograno da ogni parte d'Italia. Spesso una sola telefonata, trovando dall'altra parte del filo un'interlocutrice cosciente del fatto che anche un problema piccolo e apparentemente insignificante può trasformarsi in una grande frustrazione e creare drammi, può contribuire a prevenire angosce inimmaginabili.

Il Melograno ha cercato di costruire per le donne un 'villaggio' di relazioni.

Lo ha fatto mettendo a disposizione nelle città dove è presente delle sedi, luoghi di incontro, ritrovo e ospitalità, sempre molto "pensate" per accogliere e connotate al femminile, in cui è l'ambiente stesso ad essere creato fin nei minimi dettagli per essere di stimolo alla relazione tra donne e a quella con i nuovi nati.

Ma per costruire buone relazioni ci vuole molto tempo. Le cose vanno costruite, progettate, preparate, non possono essere lasciate allo spontaneismo. L'operatrice deve ricevere una precisa formazione, essere supervisionata nel suo lavoro, e il suo lavoro va valutato anche a posteriori in base alle esperienze fatte dalle donne che vi si accostano.

Una buona relazione, infatti, produce indipendenza: il Melograno aiuta le neo mamme a fare da sole, a staccarsi, a riorganizzarsi interiormente e ad adattarsi alla vita quotidiana con il nuovo ritmo ed è anche per questo che la continuità dell'esperienza costa fatica e richiede un continuo ricambio. Anche di questo aspetto Il Melograno si prende cura da tempo e si candida a trasmettere il proprio sapere.

Il lavoro di una madre non costa nulla alla società e non produce profitto per nessuno, ecco perché si tende a dimenticare quanto sia essenziale ogni madre per la società.

Spetta alle donne ridefinire il 'valore' della maternità: in casa, nel loro ambiente, nel Paese.

Spetta alle donne imporre politiche per la maternità, sostenendo i progetti che diminuiscono i rischi e i problemi, che proteggono l'integrità del momento, che rendono sostenibile e fecondo il primo periodo di vita con un bambino.

Molto ci si affanna (da destra e da sinistra) ideologicamente sulla famiglia, ma poco si sa delle condizioni di vita effettive e poco si fa per concrete politiche di conciliazione e di sostegno alle persone.

Il Melograno ha individuato e propone un "pacchetto" maternità di misure già sperimentate, come abbiamo in parte sentito oggi, che potrebbero essere generalizzate e si propone come momento e luogo di coagulo concreto e messa in rete delle esperienze e dei pensieri.

Molto ci si affanna (da destra e da sinistra) ideologicamente sulla famiglia, ma poco si sa delle condizioni di vita effettive e poco si fa per concrete politiche di conciliazione e di sostegno alle persone.

Il Melograno ha individuato e propone un "pacchetto" maternità di misure già sperimentate, come abbiamo in parte sentito oggi, che potrebbero essere generalizzate e si propone come momento e luogo di coagulo concreto e messa in rete delle esperienze e dei pensieri.

- **Consultori**  
La legge ne prevede uno ogni 20.000 abitanti. La realtà è lontanissima (più al Sud che al nord, ma ovunque). Necessità di finanziamenti regionali condizionati e di previsioni specifiche nel Progetto obiettivo materno infantile sia per i consultori pubblici sia per associazioni e centri del privato sociale con storie di qualità
- **La gravidanza, il parto, l'allattamento**  
Sono eventi sociali e momenti della vita sessuale delle donne che vanno considerati nel loro insieme, perché l'uno trova senso e continuazione nell'altro.  
La ricerca della naturalità nella gravidanza, nel parto e nella cura dei piccoli, rappresenta sempre una conquista. La fisiologia è sempre in pericolo. E' necessario promuoverla attraverso una proposta di assistenza alla gravidanza al parto e al dopo che ponga le esigenze di ogni donna al centro, e limiti lo strapotere che la medicalizzazione ha avuto in questi ultimi decenni.  
La letteratura scientifica internazionale dimostra che i migliori risultati in termini di mortalità e morbilità ma anche di 'accettabilità dell'esperienza' si hanno utilizzando 'tecnologie appropriate' quali l'assistenza individualizzata (ostetrica one to one) e la continuità dell'assistenza. Tutto da riprogrammare nel nostro sistema, passando dall'assistenza del medico ginecologo privata (85% delle donne) a assistenza pubblica ostetrica. La proposta della peridurale nei LEA, giusta e legittima se scelta, rischia di togliere risorse ad ogni altra possibilità, di aumentare la dipendenza della donna invece che promuoverne il protagonismo, di rappresentare la risposta facile a una domanda complessa, che richiede informazione, attenzione, cura, servizi.
- **Riconoscimento e sostegno**  
Come previsto da Tecnologie appropriate per la nascita e per il dopo parto dell'OMS, vanno potenziati gruppi di auto e mutuo aiuto tra donne.  
Occorrono quindi progetti di cura, non basati sulla sostituzione ma sull'accompagnamento, non sulla contrapposizione ma sull'interazione.
- **Allattamento**  
L'allattamento al seno non è "solo" una questione di scelta personale a breve termine, ma di salute pubblica a lungo termine: i bambini allattati al seno hanno meno probabilità di sviluppare una serie di problemi sia nell'infanzia che nell'età adulta con conseguenti minori oneri sulla sanità pubblica. L'investimento di lavoro da parte delle associazioni di auto e mutuo aiuto è un risparmio enorme di risorse per il pubblico che andrebbe riconosciuto con forme di sostegno al loro lavoro.
- **Dopo parto**  
Mancano del tutto servizi territoriali in puerperio con assistenti alla nascita, pediatri di libera scelta, ostetriche territoriali, inseriti nei Lea e nel POMI e potrebbero essere utilizzati come servizi innovativi sperimentali le esperienze già attuate dal Melograno (Roma) e da altri gruppi sul territorio.

La cura della una nuova persona dopo la nascita in Italia continua ad essere ritenuta un affare privato, lasciata alle soluzioni individuali, che vanno dalla rinuncia ai figli, al rinvio della maternità, all'arrangiarsi delle reti familiari.

Ancor prima delle leggi, quindi, è necessario creare una visione culturale condivisa di nuovi rapporti. Creare uno spazio per la madre, creare la figura dell'assistente alla nascita (la co-mare), istituzionalizzare e generalizzare il sostegno perché il puerperio non è una faccenda privata delle donne ma investe l'organizzazione sociale e del lavoro. E' necessario arrivare a una cultura della condivisione del dopo parto che non sia basata sulla "buona volontà di qualcuno" (autorganizzazione o associazioni e sperimentata anche nel pubblico) ma sulla consapevolezza di un diritto e su un progetto di educazione alla cura.

Il Melograno si candida a suggerire azioni e interventi da intraprendere a livello nazionale e a coordinare la razionalizzazione degli interventi frammentati che già esistono attraverso la costituzione di una rete tra i vari soggetti e le molteplici realtà che si occupano della nascita per creare un collegamento stabile tra istituzioni nazionali, enti locali e le dirette interessate, cioè le mamme, perché nessuno potrà essere più di loro portatore delle loro esigenze.

Mi piace terminare con il concetto della teologa svizzera Ina Pretorius che suggerisce, per cambiare il mondo, di pensarlo come ambiente domestico. Ciò che vale in casa, vale anche per il resto del mondo. Spetta alle donne, alle madri, a noi che siamo qui, cessare di considerare il mondo un grande mercato e ritrovare la possibilità di un luogo in cui ci si prende cura della vita come luogo primario dell'esistenza.

Tra pochi giorni ricorreranno due date importanti per prendersi cura della vita:

il 20 è la Giornata Nazionale dell'Infanzia: spetta a noi ricordare che l'infanzia inizia con la nascita e che anche i nuovi nati hanno dei diritti;

il 25 è la Giornata contro la violenza sulle donne, spetta a noi ricordare che tanta violenza viene esercitata sulle donne durante il parto e che la solitudine delle donne dopo il parto è violenza.

Concludo con questi inviti il mio intervento e il nostro Convegno, augurando a tutte, così come Giulia Valerio, ci ha insegnato a dire oggi...una serata al femminile.