

Gli ormoni delle mamme



Gli ormoni delle mamme

Dopo il parto si dice che la donna “ha gli ormoni”. Di solito questa frase non viene usata come complimento e generalmente si fa intendere che nel cervello delle puerpere si producono sostanze che giustificano “strani comportamenti”. Oggi però la scienza ha individuato con precisione quali sono questi ormoni e quali effetti producono nel nostro organismo. Conoscendo meglio alcuni degli “ormoni delle mamme” forse possiamo capire qualcosa di più del parto e della nascita e probabilmente avremo qualche sorpresa.

Prolattina

E' prodotta da una ghiandola del cervello chiamata ipofisi; la sua funzione principale è di comandare alla mammella la produzione del latte. La sua attivazione è provocata dalla suzione del capezzolo, ma per alcune mamme è sufficiente lo stimolo uditivo del pianto del bambino. Chi allatta deve sapere che la prolattina (in tutti i mammiferi) è prodotta in maggior quantità durante le ore notturne, quando probabilmente l'ambiente diventa più rilassante e sicuro.

E' un ormone antico e diffuso in natura; è presente anche nei pesci, negli anfibi e negli uccelli.

E' prodotta sia nel maschio che nella femmina. Nei maschi (che notoriamente non allattano) la prolattina è prodotta nelle situazioni di allevamento e accudimento della prole, sia

nell'uomo come nei topi. In particolare la prolattina è stata misurata ad alte concentrazioni negli animali che si trovavano a dover difendere i piccoli da un pericolo imminente.

E' ormai dimostrato che oltre a stimolare l'attività della ghiandola mammaria, la prolattina è responsabile dei comportamenti di nidificazione e accudimento dei cuccioli. Attenzione: riduce il desiderio sessuale.

Ossitocina

L'ossitocina viene prodotta dal cervello, ma anche dalle ovaie e dai testicoli. A differenza della prolattina questo ormone è presente solo nei mammiferi

Durante il travaglio produce le contrazioni dell'utero, ma dopo il parto cambia funzione e serve per stimolare l'eiezione del latte dalla mammella. La sua produzione è molto elevata nell'ora successiva al parto, soprattutto se il neonato inizia presto a succhiare il capezzolo; in questa prima fase serve per provocare la contrazione dell'utero e scongiurare così il rischio di emorragia dopo il distacco della placenta.

L'ossitocina però non è presente soltanto durante il parto e l'allattamento, la ritroviamo infatti anche durante l'attività sessuale come responsabile dell'orgasmo. Produce effetti eccitanti e di piacere, riduce le inibizioni. Induce comportamenti altruistici e di oblio di se stessi. Attenzione: l'ossitocina non può venire prodotta nelle situazioni di stress e di tensione...

Progesterone

E' l'ormone prodotto dalla placenta per tutta la durata della gravidanza e permette all'organismo materno di accettare il nuovo "intruso". Quando è arrivato il momento di nascere è proprio il cervello del neonato che, attraverso altri ormoni, invia alla placenta il comando di ridurre la produzione di progesterone per dare avvio al travaglio.

Adrenalina

E' una sostanza prodotta in tutte le situazioni di pericolo per rendere l'organismo più attento e pronto. Produce maggiore attività del cuore e migliore ossigenazione a tutti i tessuti dell'organismo, cervello compreso; permette l'utilizzo di grandi riserve energetiche per far fronte ai momenti di difficoltà. Questa eccitazione, tipica dei grandi eventi, può essere visibile nel viso e negli occhi dei nostri neonati subito dopo il parto.

Endorfine

Proteggono dal dolore e sono ancora più potenti della morfina. Permettono anche di non ricordare (fisicamente) l'esperienza dolorosa e possono provocare una sensazione di benessere ed euforia. Durante le fasi più difficili del travaglio e del parto sono secrete in grande quantità sia dalla mamma che dal neonato. Essendo sostanze simili ad una droga potrebbero essere responsabili del particolare legame di dipendenza reciproca che si crea tra la mamma e il suo bambino subito dopo il parto.

Queste sostanze sono prodotte sia dalla mamma che dal bambino e rappresentano un sistema biologico di comunicazione molto forte che vede il loro cervello come organo principale. E' inevitabile, ma anche affascinante e misterioso, che il comportamento delle mamme e dei loro bambini venga modificato da queste sostanze. Allora il problema forse non è che le mamme dopo il parto "poverine hanno gli ormoni", ma che tutti gli altri "poverini" questi ormoni non li hanno.