

La nascita

La nascita

- Divulgativo ¹
- Impegnativo ²
- Specialistico ³

[¹] Schmid V. “Venire al mondo e dare alla luce” URRRA 2005

L'autrice di questo libro è una ostetrica particolarmente attenta e sensibile, interessata a riportare il parto e la nascita nei binari della normalità dai quali negli ultimi anni sembrano aver deragliato. Verena Schmid con le sue idee e il suo sapere ha fatto scuola in Italia, attraverso la pubblicazione di diversi libri e la direzione di una importante rivista per ostetriche. In questo libro è racchiuso il suo pensiero e la sua esperienza, in grado di guidare le ostetriche e le madri (ma anche i padri) verso un modo di nascere nuovo e antico al tempo stesso.

[¹] ODENT M. “Il bebè è un mammifero” Ed. RED 1992

Tutti i libri di questo ostetrico meriterebbero di essere letti da chi considera il parto e la nascita un evento naturale e intimo che bisogna saper rispettare. L'esperienza professionale di Odent dimostra che il parto deve avvenire secondo le indicazioni dell'istinto materno, evitando gli ostacoli culturali e organizzativi spesso presenti nelle nostre strutture ospedaliere. La visione del neonato offerta da questo libro può aiutarci a capire meglio e più in profondità la creatura che teniamo tra le braccia. Il linguaggio con il quale Odent espone le sue teorie è volutamente semplice e

divulgativo.

[¹] STERN D. "Nascita di una madre" Mondadori 1999

L'autore è un famoso psicologo che ha fornito un importante contributo alla conoscenza della relazione madre-bambino. In questo libro, volutamente divulgativo, vengono analizzate e chiarite molte delle dinamiche che si creano durante la gravidanza. Il vissuto di questo particolare periodo della vita di una donna può essere meglio compreso e approfondito anche con un testo come questo; la lettura è consigliata anche ai mariti interessati a quanto stanno vivendo le loro partners.

[¹] LEBOYER "Per una nascita senza violenza" Bompiani 1974

Da molti questo libretto è considerato la "bibbia" del parto naturale, da altri soltanto un testo poetico; probabilmente è entrambe le cose. E' senz' altro poetico riuscire a vedere la nascita come la vede Leboyer, ma questo testo riesce anche ad indicare con precisione quale ruolo deve ricoprire chi ha il difficile compito di aiutare la donna a partorire. E' stato un libro in grande anticipo rispetto alla cultura dominante del tempo, ma a distanza di quasi 30 anni possiamo dire che ha avuto un potere profetico e oggi è difficile riuscire a sostenere che questa visione della nascita era sbagliata o utopistica.

[¹] SARTI P. "Gravidanza e Puericultura" 2001 Giunti Gruppo Editoriale

Paolo Sarti da molti anni è attivo per diffondere un'idea della pediatria più umana e rispettosa del bambino e del suo mondo. Questo libro potrebbe aiutare molti genitori ad avere più fiducia in se stessi e a non ascoltare le innumerevoli e fuorvianti voci sull'accudimento dei piccoli derivanti da pregiudizi e antiche leggende. Anche se il libro non è recente è comunque ancora attuale e aggiornato.

[¹] SIDENBLADH E. "Nascere nell'acqua" 1982 RED

E' questo un libro sul parto in acqua, ma anche sui significati ancestrali che questa materia rappresenta. Le idee proposte sono esplicitamente alternative alla visione scientifica della medicina tradizionale e permettono quantomeno di allargare le proprie conoscenze. Oltre ad immagini suggestive potrete trovare anche utili suggerimenti su come rendere l'acqua familiare ai vostri figli fin dai primi momenti di vita.

[²] Odent M. "L'agricoltore e il ginecologo" Il Leone Verde, 2006

Il sottotitolo di questo libro 'L'industrializzazione della nascita', esprime con molta chiarezza il tema che l'autore desidera sviluppare. L'analogia tra l'agricoltore e il ginecologo non è una semplice metafora né tanto meno una originale provocazione, ma vuole significare in maniera esplicita che in entrambi queste attività, apparentemente così differenti, l'allontanarsi da quanto la natura ha previsto produce gravi rischi ed effetti collaterali. Odent, anche in questo libro, esprime con molta chiarezza le proprie idee sulla nascita rafforzando la sua analisi di riferimenti bibliografici di valore scientifico. Il linguaggio divulgativo ne permette la lettura anche ad un pubblico non esperto, ma sufficientemente sensibile e attento.

[²] ARENA I. "Dopo un cesareo" Bonomi Editore 2007

L'autrice di questo libro è ostetrica, ma anche mamma di due bambini, il primo nato da taglio cesareo e il secondo da parto spontaneo. Lo stile narrativo è quello del sostegno e dei consigli da mamma a mamma, in realtà i contenuti del libro si basano su linee guida

scientifiche e fanno riferimento alle più recenti ricerche. Oltre a fornire validi consigli su come prendersi cura del bambino nel primo periodo dopo il parto, l'autrice affronta con competenza e sensibilità il tema del parto naturale a seguito di un primo parto da cesareo, ancora troppo poco praticato, ma possibile con ampi margini di successo.

L'autrice di questo libro è ostetrica, ma anche mamma di due bambini, il primo nato da taglio cesareo e il secondo da parto spontaneo. Lo stile narrativo è quello del sostegno e dei consigli da mamma a mamma, in realtà i contenuti del libro si basano su linee guida scientifiche e fanno riferimento alle più recenti ricerche. Oltre a fornire validi consigli su come prendersi cura del bambino nel primo periodo dopo il parto, l'autrice affronta con competenza e sensibilità il tema del parto naturale a seguito di un primo parto da cesareo, ancora troppo poco praticato, ma possibile con ampi margini di successo.

[2] VERNY T., WEINTRAUB P. "Bambini si nasce" Bonomi Editore 2003

Il sottotitolo descrive bene i contenuti di questo libro: 'Le sfide della genitorialità dal concepimento attraverso l'infanzia'. Thomas Verny è una vera autorità nel campo della vita prenatale e degli effetti che anche i mesi di gravidanza possono avere sullo sviluppo cognitivo e comportamentale del bambino. L'autore si avvale di una solida base scientifica, rappresentata dalle numerose ricerche condotte negli ultimi anni dalle neuroscienze. La lettura di questo libro permette di aumentare la consapevolezza che lo sviluppo della personalità inizia prima della nascita e prosegue nei primi anni di vita. L'autore è prodigo di consigli pratici e preziosi suggerimenti finalizzati a stimolare una "genitorialità responsabile" e favorire una relazione positiva tra genitori e figli. Segnaliamo che

questo testo fa parte di una collana che l'editore Bonomi dedica a genitori e operatori per diffondere le recenti conoscenze sulla vita pre e perinatale e "valorizzare il potenziale emozionale e intellettuale del bambino dal concepimento alla prima infanzia".

[2] SOLDERA G. "Conoscere il carattere del bambino prima che nasca" Bonomi Editore 1995

Gino Soldera, esperto in psicologia prenatale, ci guida nell'accattivante universo delle esperienze prenatali, dove la sensibilità del genitore induce una percezione più ampia e realistica del nascituro. Il provocatorio titolo di questo libro, si compie infatti quando il bambino immaginario coincide con quello reale: "tutto quello che vive la madre, il bambino lo vive con lei". Leggero, perché? Perché gli scambi affettuosi aiutano a crescere...e perché amarlo e dimostrare di amarlo solo dopo la nascita?

[2] BRAIBANTI L. "Parto e nascita senza violenza" Ed. RED 1993

L'autore è stato tra i più convinti propugnatori di una visione della nascita rispettosa e naturale. E' netta e dichiarata la volontà di mettere la mamma e il suo bambino al centro delle attenzioni lasciando in subordine tutti gli altri aspetti organizzativi e strutturali presenti normalmente nei nostri reparti di maternità. Per certi aspetti è stato in anticipo sui tempi e ancora per molti medici e ostetriche il suo messaggio è futuribile. Fondamentale la sua visione dell'endo- e dell'eso-gestazione che viene chiaramente spiegata nel testo.

[2] BALAKAS "Manuale del parto attivo" Ed. RED 1983

Questo libro è diventato un classico, perché ha contribuito a diffondere e a rafforzare l'idea che il parto deve essere vissuto dalla donna nella maniera più consapevole e partecipata possibile. E' un testo molto

importante per le ostetriche e per il personale che assiste parti fisiologici, ma è utile anche alle coppie che vogliono vivere in maniera più consapevole le varie fasi del parto e del dopo parto. La lettura è facilitata da numerosi disegni che illustrano le varie posizioni possibili durante il travaglio e la fase espulsiva.

[2] KLAUS e KENNEL "Far da madre alla madre" Ed. Il Pensiero Scientifico 1994

Questo libro è più utile alle ostetriche che alle partorienti, perché fornisce molti stimoli a chi desidera ripensare il ruolo dell'assistenza al travaglio e al parto. Gli autori sono diventati famosissimi nel mondo medico per essere stati i primi (nel lontano 1976) a parlare in maniera scientifica e dettagliata dell'attaccamento madre-bambino nei primi momenti dopo il parto (il famoso bonding). Le considerazioni contenute in questo testo possono contribuire a migliorare in molti operatori, e nei genitori più motivati, le conoscenze acquisite sul mistero della nascita.

[2] GREEN (gruppo di ricerca) "Nascere e poi?" 1981 (1978) Emme Edizioni

Il gruppo di ricerca e studi sul neonato ha operato in Francia intorno agli anni '80 e ha permesso l'elaborazione e la diffusione di idee molto importanti sulla nascita e il neonato. Il sottotitolo di questo libro recita "l'accoglienza al neonato: come inizia un rapporto umano" e comprende contributi di diversi autori, famosi per la loro esperienza e autorevolezza. La peculiarità di questo gruppo di studio è di essere multidisciplinare e pertanto in grado di sviluppare gli argomenti da diversi punti di vista.

[2] ODENT M. "A misura di bambino" 1982(1976) Emme Edizioni

La traduzione del titolo dell'edizione originale è

Nascere bene; in effetti questo "rivoluzionario" ginecologo vuole proprio proporre un modo di nascere più facile e più bello. In questo libro racconta l'esperienza del punto nascita da lui diretto, dimostrando come sia possibile, anche in ospedale, inventarsi un modo di partorire più umano e domestico. Nonostante l'esperienza raccontata in questo libro risalga ormai a venticinque anni fa, soltanto negli ultimi anni, nella maggior parte dei nostri ospedali, si sta gradualmente imponendo questa visione della nascita.

[2] KLAUS M. e KENNEL J.H. "Dove comincia l'amore" Bollati Boringhieri 1998

Il titolo nella versione originale è Bonding. L'argomento del libro è appunto il legame che si crea tra i genitori e il neonato fin dai primi minuti di vita. Gli autori sono due importanti neonatologi che dagli anni '70 svolgono ricerche sul primo contatto madre-figlio. In questo testo divulgativo spiegano in maniera molto convincente le innate competenze del neonato e propongono un approccio ai primi momenti dopo il parto più favorevole al nascente legame tra i genitori e il bambino.

[2] NATHANIELSZ P.W "Un tempo per nascere" 1995 Bollati Boringhieri

L'autore di questo libro è uno dei massimi studiosi della vita fetale. Con linguaggio semplice, ma preciso, veniamo condotti nel mondo dell'utero, dal momento del concepimento fino al tempo della nascita. Le informazioni sulle percezioni del feto durante la vita fetale non fanno ancora parte della cultura generale ed è ancora troppo bassa la consapevolezza dell'importanza di queste conoscenze. Questo libro può colmare questa grave lacuna senza stancare il lettore meno allenato a questa tematica.

[2] Ghiglione F. "I papà spiegati alle mamme" Einaudi,

2015

Federico Ghiglione è pedagogista, counselor e mediatore familiare, con una lunga esperienza di corsi e incontri di accompagnamento alla nascita per coppie e per padri. E' anche papà di tre figli. Da questo mix di esperienza personale e professionale nasce un testo di facile lettura, ma profondo nei contenuti e ricco di sollecitazioni e riflessioni. L'autore non esita ad affrontare temi difficili e 'scottanti' come le problematiche affettive e sessuali (troppo sottovalutate) che le coppie si trovano a vivere prima e dopo la nascita del figlio. Anche il tema dei ruoli 'materno' e 'paterno' viene ben analizzato, e la strada indicata da Ghiglione è quella più impervia ma pedagogicamente più efficace: essere genitori che, pur nella diversità, sono in grado di svolgere funzioni intercambiabili, genitori cooperativi, soci affiatati e paritetici, uniti nella costruzione del progetto educativo per la crescita dei figli. E' una visione pedagogica molto utile e opportuna, che rende la lettura condivisa di questo libro un ottimo strumento per i genitori alla ricerca di personali soluzioni. Questo libro può fornire spunti importanti anche agli operatori sanitari (ostetriche, pediatri, psicologi) e ai volontari dei gruppi di auto-aiuto attivi nel percorso nascita per migliorare e mirare gli interventi di sostegno alla genitorialità.

[³] ILLICH I. "Nemesi medica. L'espropriazione della salute" Boroli Editore 2005 (1976)

Questo saggio rappresenta la prima e forse la più profonda critica all'istituzione medica occidentale. L'autore è un libero pensatore che con visione profetica ha saputo leggere la pericolosità di un sistema medico

incontrollato e illimitato. Fin dalle prime pagine dell'introduzione Illich sviluppa i concetti di salute e di iatrogenesi analizzando e documentando i danni prodotti da un ricorso acritico alla scienza medica; in particolare egli evidenzia come sia possibile minare o annullare l'autodeterminazione dell'individuo nel processo di controllo del proprio stato di salute. Per un operatore sanitario la lettura di questo libro può rappresentare da una parte un vero 'trauma', dall'altra un formidabile stimolo per riorganizzare la propria azione verso una medicina meno istituzionalizzata e più umana e rispettosa.

[³] MUSI E. "Concepire la nascita. L'esperienza generativa in prospettiva pedagogica" Franco Angeli 2007

Questo libro presenta una riflessione inedita sulla nascita, analizzata attraverso la prospettiva pedagogica. L'autrice riesce a coniugare, con grande profondità, la propria esperienza di maternità con le conoscenze che le derivano dagli studi di pedagogia sociale. In questo stimolante saggio, la generatività viene inquadrata in una prospettiva esistenziale, capace di ristrutturare la rete di relazioni individuali e di coppia; l'esperienza del mettere al mondo si arricchisce così di valenze educative in grado di produrre profonde trasformazioni negli individui, fino ad abbracciare il piano sociale e politico. Da questo testo i genitori, ma ancora di più gli operatori sanitari, possono maturare una specifica prospettiva dell'evento nascita, educandosi a leggere in una luce nuova, e più ricca, la normale complessità del nascere.

[³] HRDY S. B. "Istinto materno" Sperling e Kupfer 2001

Questo è un libro bellissimo, ma non per tutti. E' scritto per chi possiede già qualche conoscenza

sull'argomento anche se non è ancora per addetti ai lavori. L'autrice utilizza le tante recenti scoperte sull'istinto materno nel mondo umano e animale, esponendo con chiarezza studi e teorie scientifiche di grande autorevolezza. Alla fine vi convincerete che l'istinto materno è già scritto nel codice genetico di ogni mammifero, ma necessita dell'interazione con un cucciolo che possa farlo emergere. Questo libro può incrementare notevolmente la cultura di un lettore medio in merito all'argomento trattato.

[³] BYDLOWSKI M. "Sognare un figlio" Pendragon 2004

L'autrice è una neuropsichiatra ad orientamento psicanalitico e il sottotitolo del libro recita "l'esperienza interiore della maternità". Le riflessioni contenute in questo testo sono delle vere e proprie intuizioni che permettono di osservare con occhi nuovi quel grande mistero esistenziale che rappresenta la nascita. E' un libro riservato a chi desidera (o accetta) leggersi dentro per capire meglio quelle componenti inconsce o nascoste che spesso rifiutiamo o più semplicemente preferiamo dimenticare.