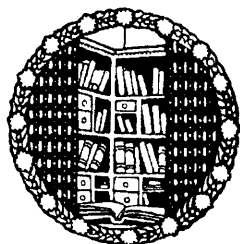


Recensione

di **Roberto Fraioli**



L'ambiente acquatico come luogo della preparazione al parto

L'acqua ricopre i due terzi della terra e il corpo umano è composto per il sessanta per cento di acqua.

L'acqua penetra, scioglie, mescola, lega, dà origine e forma, travolge, avvolge, oppure occupa con umiltà qualsiasi spazio.

Senza acqua non c'è vita.

La suggestione legata a questo elemento l'ha reso sacro, misterioso, magico e simbolico per eccellenza.

L'acqua come mezzo terapeutico è stata utilizzata fin dai tempi più remoti da tutte le grandi culture del mondo.

L'utilizzazione dell'acqua calda per alleviare il dolore e per il rilassamento fisico, è documentata fin dai tempi antichi, e ne è la prova l'utilizzo a scopo terapeutico di molteplici sorgenti di acqua termale.

Il primo parto in acqua di cui si abbia notizia documentata avvenne nel 1803 in Francia. Dopo quarantotto ore di travaglio, una partoriente esausta entrò in una vasca con acqua calda per rilassarsi e vi partorì suo figlio in breve tempo.

Nel 1963 Igor Charkovsky cominciò a sperimentare il parto in acqua in Russia, dopo aver applicato le sue teorie alla figlia Veta, nata nel 1962.

Dal 1978 al 1985 Michel Odent assistì parti in acqua nel piccolo ospedale di Pithiviers in Francia. La sua osservazione che "la storia dell'ostetricia è so-

prattutto la storia della graduale esclusione delle donne dal loro ruolo centrale nel processo della nascita" è stato il punto di partenza per riconsegnare l'evento parto-nascita nuovamente nelle mani delle donne. Esse cominciarono ad esigere rispetto per la loro sfera privata e intima, libertà di movimento e di posizione durante il travaglio e il parto.

Dalla fine degli anni settanta si è cominciato a pensare all'ambiente acquatico come luogo della preparazione all'evento nascita, non finalizzato al parto in acqua. La piscina, luogo di piacere e di benessere corporeo, rappresenta un ambiente demedicalizzato che facilita l'incontro con altre donne nella stessa situazione e, attraverso l'attività motoria mediata dall'acqua, può favorire una presa di coscienza dei propri mutamenti in gravidanza, il loro riconoscimento e la loro accettazione.

A chi voglia approfondire queste tematiche si consiglia la lettura del libro *Preparazione acquatica al parto* di Paola Greco e Renato Palma, edito di recente da red edizioni di Como.

Paola Greco è ostetrica, con una ricca formazione in eutonia e watsu (water shiatsu).

Assiste le donne durante tutta la gravidanza fino al parto. Tiene corsi di preparazione alla nascita e si occupa dell'accoglienza del nuovo nato attraverso il massaggio. È stata tra le prime ostetriche in Italia ad utilizzare l'ambiente acquatico nella preparazione alla nascita. Questo libro, che raccoglie il senso della sua esperienza come birth educator "acquatica", è stato scritto con la collaborazione preziosa di Renato Palma, medico e noto psicoterapeuta a Firenze.

Il libro è fondamentalmente strutturato in due parti che si integrano fra loro. Nella prima parte, dopo un'analisi retrospettiva e critica della storia delle tecniche di preparazione al parto fino ai giorni nostri, viene tracciato il senso del metodo per la preparazione al parto proposto nel libro.

Paola Greco e Renato Palma contrappongono alla comune corrente concezione di preparazione al parto come processo educativo che si propone la

rottura del circolo vizioso paura-tensione-dolore, una nuova concezione che hanno chiamato "fiducia come metodo".

L'atteggiamento di ascolto delle proprie percezioni, senza negarle né distogliere l'attenzione da esse, il concepire la fiducia come metodo dello stare in rapporto con sé stessi, porta ad acquisire, secondo gli autori, "un antidoto alla paura che è la fiducia nelle proprie reazioni e nella libertà di fare senza entrare in conflitto e prescindendo dalle regole e dalle aspettative".

Nella seconda parte del libro, lontani quindi da qualsiasi tentazione di educazione prenatale, gli autori suggeriscono un percorso di esperienze in acqua che consentano alla donna in gravidanza di stabilire un contatto con se stessa, con le percezioni del proprio corpo, il movimento, la respirazione, e di sperimentare lo spazio esterno, lo spazio interno, e lo spazio condiviso, come preziose chiavi che le consentano di aprire la porta dell'esperienza e di lasciarsi attraversare dalla forza generatrice che si attiverà con il parto.

La "fiducia come metodo" e l'acqua che consente di far fluire le sensazioni, permettono alla donna in gravidanza di trovare la sintonia con i suoi bisogni e le sue potenzialità che le permetteranno di esplorare la sua naturale predisposizione al parto.

PAOLA GRECO, RENATO PALMA,
Preparazione acquatica al parto,
red edizioni, Como, 1997, lire 19.000

