

# NACQUE COMUNQUE

Storia di una gravidanza vissuta istintivamente

A 33 anni scoprii di essere incinta. Non avevo paura del parto, ma dei medici. Eppure, ho scelto di ascoltare il mio corpo. Questa è la mia storia.

## INIZIO GRAVIDANZA

Non ho mai amato i medici, anzi li ho sempre evitati come la peste. A 33 anni, dopo l'epoca del Covid, mi ritrovo incinta. Non era pianificato, ma in un futuro più o meno prossimo avrei comunque deciso di intraprendere questo percorso, quindi la soglia di attenzione era scesa parecchio.

Quando scoprii di essere incinta, a spaventarmi non era l'idea del cambio di vita o del parto, ma l'incubo dei medici: dover interagire con loro e difendere le mie scelte. Nei primi mesi, dovetti elaborare mentalmente quello che mi aspettava.

## L'INCUBO DEI PRELIEVI

L'incubo iniziò con il primo prelievo, quello per confermare la gravidanza. Le mie braccia non collaborano mai quando si tratta di trovare una vena. Decisi di andare in una clinica privata per vivere l'esperienza con meno stress, vista la mia fobia. Primo errore.

Un giovane infermiere, probabilmente inesperto, tentò di prelevarmi il sangue tre volte senza successo. Urlai dal terrore e dalla disperazione. Dopo mezz'ora di panico, il poveretto si arrese e mi mandò all'ospedale. Lì, un'infermiera più esperta trovò la vena a metà avambraccio. Gli ormoni confermarono la gravidanza. Ero felice, certo, ma con quell'ombra costante: da quel momento in poi, avrei dovuto affrontare i camici bianchi.

Qualche settimana dopo, la prima ecografia per verificare l'impianto. Ricordando il mio disgusto per le visite, alla fine ebbi un mancamento. La dottoressa commentò: "Se non se la fa passare,

qui non la vedo bene!"\* Mi prescrisse anche progesterone perché la placenta non sembrava ben attaccata.

La vocina complottista nella mia testa mi disse di evitare. Gli effetti collaterali mi sembravano inutili, se non pericolosi. Seguì il mio istinto e non la presi.

### ANALISI DEL SANGUE: LA LOTTA CONTINUA

Dovevo rifare le analisi per monitorare la situazione. Tornai in ospedale dalla stessa infermiera, che mi bucò al primo colpo. Peccato che le provette da riempire fossero sei, e alla quinta il mio sangue smise di uscire. Il giorno dopo, il laboratorio mi chiamò per ripetere il prelievo. Declinai gentilmente: mi sarei preoccupata alla prossima occasione. Quell'estrazione mi lasciò un ematoma che, a distanza di mesi, non si era ancora riassorbito del tutto.

### PRIMA VISITA OSTETRICA: GRAVIDANZA A RISCHIO?

Una settimana dopo, mi presentai in ospedale per la prima visita ufficiale. A livello fisico, non mi avrebbero toccato più di tanto, ma ero comunque un groviglio di nervi.

Mi bombardarono di domande e, in base a peso e pressione, mi etichettarono come "gravidanza a rischio". Mi mandarono da un medico che, dopo un'ora di attesa, iniziò a blaterare di curva glicemica e cardioaspirina. Lo guardai perplessa e me ne andai.

Intanto, io non avevo un solo sintomo di gravidanza: niente nausea, niente vomito, niente dolori. L'unico segnale era un sonno infinito e una stanchezza che mi abbatteva già al tramonto.

### LA TRANSLUCENZA NUCALE

Questo esame mi spaventava per le analisi del sangue, ma ormai ero tranquilla riguardo alle ecografie. Le analisi le feci in un altro ospedale, davanti a un'infermiera bionda e apparentemente sicura di sé. Le spiegai delle mie vene difficili, ma disse di non preoccuparmi.

Mi infilò l'ago e iniziò a muoverlo dentro il braccio, senza successo. Dopo qualche minuto di mie urla, chiamò una collega più anziana,

che mi strinse il braccio con una fascia per la pressione finché non trovò la vena.

I risultati furono ottimi, addirittura sotto la media. L'unico problema era la pressione alta, che poteva implicare un parto prematuro. Mi proposero anche la curva glicemica, visto il mio fisico e una glicemia leggermente alta (ma nei limiti).

#### VISITA DI CONTROLLO: LA MINACCIA DELLA CURVA

Alla visita successiva, tutto procedeva bene: battito regolare, crescita ottimale. Mi prescissero altre analisi e riprovarono con la maledetta curva glicemica.

Mi rifiutai. Tre prelievi in un giorno? 75 grammi di glucosio puro? Nemmeno in due giorni mangio così tanto zucchero, figuriamoci ingoiarlo in 10 minuti. E poi vomito, mal di testa... No, grazie. Inoltre, era solo un esame di screening, non diagnostico. Quindi inutile.

#### LA MORFOLOGICA: È UN MASCHIO!

Alla morfologica, oltre a controllare lo sviluppo, avrei potuto scoprire il sesso. Appena l'immagine apparve sullo schermo, lo capii subito: era un maschio. Lo sentivo. Avevo già scelto il nome. La placenta funzionava bene, tutto procedeva liscio.

#### VISITA DI CONTROLLO 2: LA PRESSIONE SALE (E NON SOLO QUELLA)

Alla visita successiva, portai nuove analisi del sangue. Tutto nella norma. Ma no, dovevo fare la curva glicemica, altrimenti avrei messo a rischio il bambino. Il ginecologo mi tenne lì 10 minuti a ripetermelo. La pressione mi salì ancora di più per il nervoso, e lui ne approfittò per suggerirmi la cardioaspirina.

Gli diedi la ragione dei matti e me ne andai.

#### LO STREPTOCOCCO E LA MINACCIA DEL TAMPONE

All'ultima visita pre-parto (35 settimane), la dottoressa mi disse di salire sul lettino per il tampone dello streptococco.

"Preferisco non farlo."

Lei ribatté: "DEVE farlo, altrimenti al parto la tratteremo come positiva e le daremo l'antibiotico comunque."

"È una minaccia?"

Silenzio.

Trovavo quell'esame invasivo e inutile. Lo streptococco è un batterio che può essere attivo o meno. Se il tampone è negativo ma al parto è positivo, non fanno nulla. Se è positivo ma al parto è negativo, ti riempiono di antibiotici a caso.

## IL PARTO IN CASA MATERNITÀ

Nel frattempo, mi organizzai per partorire in una casa maternità. Alla prima visita con l'ostetrica toccandomi la pancia capì subito la posizione del bambino, e la cosa mi stupì. Nessuno prima d'ora in ospedale mi aveva visitato così, erano solo sterili visite con l'ecografo senza contatto, senza umanità...

L'11 gennaio mi si ruppero le acque, ma il travaglio non iniziò. Aspettai il 12... nulla. Molti si preoccupavano per il rischio di infezioni o di un "parto asciutto", ma io sapevo che il liquido amniotico si rigenera e che le infezioni arrivano solo se qualcuno ti infila le mani dove non deve.

Ero tranquilla. Continuavo a perdere liquido, ma il bimbo stava bene.

## IL TRAVAGLIO

Il 15 gennaio, all'alba, iniziarono i dolori. Ero preparata: sapevo come gestirli. Arrivai alla casa maternità alle 4 del mattino e riuscii a riposare fino alle 9. Poi, le contrazioni si fecero più intense. Docce calde, fitball, piscina... tutto aiutava. Respiravo, contavo, stringevo la mano del mio compagno. L'ostetrica controllava il battito, ma per il resto nessuno mi toccò.

Verso le 15, sentii l'impulso di spingere. Ero a carponi nella piscina, e a ogni contrazione lasciavo che il mio corpo facesse il suo lavoro. Alle 16:30 misi una mano tra le gambe e sentii la sua testa. Non ero sicura, ma mi dissero che era lui e che stava andando tutto bene.

Il bruciore era intenso, così rallentai, facendo piccole spinte per permettere ai tessuti di adattarsi. Alle 17:06 nacque mio figlio, nessuna lacerazione.

## NACQUE COMUNQUE

Nacque senza flebo, senza che nessuno mi controllasse ossessivamente, senza tampone, senza curva glicemica, Senza episiotomia, senza kristeller, senza epidurale, solo con l'istinto innato in ogni donna. Il bimbo uscì dall'acqua e dopo qualche secondo (che a me sembrò un' eternità) si mise a piangere. Non me lo portarono via per pesarlo o misurarlo subito. Lo tenni con me.

## L'EMORRAGIA E LA PLACENTA

Dopo 40 minuti, era ora di espellere la placenta. Ma uscendo dalla piscina, ebbi un mancamento. Il mio istinto mi fece tenere stretto mio figlio, anche durante lo svenimento tanto da far stupire l'ostetrica. Il cordone si strappò e persi molto sangue. Visto che il cordone non c'era più l'ostetrica non poteva aiutarmi con l'espulsione della placenta, mi diede l'ossitocina sintetica e una flebo per riprendermi.

Mentre ero a terra il mio compagno continuava a muovermi per tenermi sveglia, io ero esausta e continuavo a digli di lasciarmi stare che volevo dormire, insultandolo.

L'ostetrica gestì tutto perfettamente. Questo fu 'unico intervento medico. Dopo il parto, un'emorragia. L'ossitocina sintetica mi salvò(ecco quando la medicina serve davvero!)

Poche ore dopo, stavo già mangiando sushi. Provata, ma felice!

Mentre io ero a terra, il mio compagno fece pelle a pelle con nostro figlio. La prima notte fu dura, ma dormimmo tutti e tre insieme.

Lui stava benissimo

So di aver avuto una gravidanza esemplare, per fortuna esiste la medicina per i casi in cui serve ma credo che al giorno d'oggi se ne abusi e non si segue più il proprio istinto.

Questo vorrebbe essere un inno alla libertà, alla fiducia nel corpo e alla sacralità di un'esperienza che nessun protocollo potrà mai standardizzare.