

## Concepire dopo un lutto

Prof.ssa Alessandra Graziottin

Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica H. San Raffaele Resnati, Milano

“Ho 43 anni, due gemelle di 11, un matrimonio sereno. Pochi mesi fa ho perduto mio padre, cui ero legatissima. Gli siamo stati tutti molto vicini, perché era un uomo straordinario. Siamo tornati pian piano alla normalità, tutti un po' orfani. Nei mesi scorsi avevo avuto delle irregolarità mestruali: non ci avevo fatto caso, è lo stress, mi dicevo. Invece no: sono incinta! Sono in un conflitto tremendo: per l'età, perché la nostra famiglia era giusta così, per l'imbarazzo, anche. Ma è vero che dopo un lutto è più facile restare incinte: perché? Cosa mi consiglia: la ragione è per l'interruzione, mi spaventa ricominciare con bimbi piccoli. Il cuore no, se penso a mio padre... Lui era un nonno tenerissimo con le nostre figlie. E anche mio marito dice che questo bambino è un dono della vita...”.

Fiorella D. (Aosta)

Cara Fiorella, credo che suo marito abbia dato voce alla grande capacità di affetto e di amore che c'è nella vostra famiglia. Capisco bene le sue perplessità, per l'età e per il momento. E tuttavia, quanta voglia (inconscia) di vita c'è in questi concepimenti “a sorpresa”, dopo un lutto. Anch'io ne ho notati molti, nella mia pratica professionale. “Aneddoti”, dicono gli scettici. Eppure ci sono cambiamenti ormonali e neurochimici, nella psiche e nel corpo, che possono anticipare o posticipare un'ovulazione. Che possono favorire, o inibire, un concepimento. Che possono riaffermare la vita con il cuore, perfino contro la ragione. Il fatto di non sapere in che modo la psiche influenzi così potentemente il corpo, o di non avere ancora compreso i meccanismi biochimici con cui questi concepimenti a sorpresa si realizzano, non significa che la psiche non possa modulare in modo potente i nostri equilibri.

Se ascolta il cuore, se si sintonizza su quello che suo padre è stato per lei e per le sue bambine, sull'eredità di gioia e di coraggio che vi ha lasciato, anche e perfino a causa della malattia, mi sembra che le ragioni del cuore debbano avere la priorità decisionale. Anche perché ha la fortuna di avere un marito capace di rimettersi in discussione, negli equilibri familiari, e di accogliere con positività un concepimento “a sorpresa” quando le bimbe sono già grandi. Certo, a 43 anni sarà saggio fare l'esame dei villi coriali, oppure l'esame della translucenza nucale ed eventualmente l'amniocentesi, per la diagnosi precoce di anomalie cromosomiche. Ma, a parte questo, non ci sono motivi medici per essere preoccupata. Intuisco invece l'imbarazzo, lo capisco. E' come rendere palese un gesto assolutamente intimo, in un momento in cui si pensa che tutto si fermi, o si debba fermare. Anche quella pausa di intimità che aiuta a lenire almeno un po' il dolore, sciogliendo le lacrime in un abbraccio.

C'è un'altra ragione, tuttavia, per non interrompere questa gravidanza. Non aggiungere lutto a lutto, perdita a perdita. Con l'aggravante della volontà dove prima c'era l'ineludibile. Di fronte ad un concepimento “a sorpresa”, tanto più se avviene nell'ambito di una coppia stabile e che si ama, è saggio interrogarsi sul senso profondo di quella cicogna. Che sorprende in superficie, ma in realtà è espressione di una spinta inconscia verso la vita, come le dicevo, di un bisogno di speranza, di gioia, di futuro, anche nel nome e nella continuità del papà perduto. Sarà un

bambino amato, questo figlio. Come le sue bambine, anzi, avrà una dose di amore in più anche da loro. E i bambini amati sono felici. Non abbia paura. Sono certa che suo padre le sorride!

---

---

Prevenire e curare – La contraccezione dopo gli "anta"

La fertilità, seppure molto ridotta, può persistere dopo i quarant'anni. Se si vuole escludere con certezza un concepimento, tre sono i metodi di prima scelta:

- pillola contraccettiva con estrogeni naturali;
  - spirale intrauterina al levonorgestrel, perfetta per chi ha già avuto figli e non vuole pensarci più per cinque anni;
  - sterilizzazione tubarica, che le Italiane amano poco perché preferiscono i metodi reversibili.
- 
-