

## Diventare una donna: il cammino della femminilità

Prof.ssa Alessandra Graziottin

Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica

H. San Raffaele Resnati, Milano

«Perché una bambina vuol diventare un maschio? Perché non è contenta di essere una bimba?», mi chiede una lettrice. Che cosa fa di un embrione una bimba felice di diventare poi una donna? Punto fermo: il programma biologico di base è "di default" femminile: ecco perché i disturbi dell'identità ("disforie di genere") sono molto più diffusi nei maschi (ne parleremo la prossima settimana).

Perché allora una bambina può desiderare di essere un maschietto e diventare un uomo? Le motivazioni possono essere suddivise in due aspetti principali: quelle difensive, di fuga dalla femminilità, e quelle espressive di una vera identità di tipo maschile. Causa la fuga il percepire la femminilità come perdente, umiliante, repressiva, in contesti e culture che ancora considerano l'essere donna un minor valore. Perché dal vissuto negativo scatti il viraggio sono necessari altri fattori biologici che possono aver in parte mascolinizzato il cervello della bimba: per esempio un eccesso di ormoni maschili da stress della madre, una disfunzione surrenalica materna o farmaci somministrati in gravidanza.

Dal punto di vista psicologico vengono riconosciuti come critici un'inadeguata identificazione con la madre, perché viene sentita come distante, negativa, aggressiva, rifiutante, o un suo sostituto stabile; e una forte identificazione con il padre, o un suo sostituto. «Troppo poca mamma, troppo papà» («Too much father, too little mother») è la lettura che molti esperti fanno di queste perturbazioni precoci dei riferimenti familiari. A questo possono aggiungersi le delusioni sulla femminilità, soprattutto per due tipi di messaggi: «Una bambina non deve comportarsi così», quando vengono repressi talenti vitali per attività normalmente libere e acquisite per i maschi; e «Le bambine devono aiutare la mamma a casa» (mentre i maschi giocano), messaggio ancora attivo in molte culture e in contesti socioeconomici più svantaggiati. Non ultimo, il percepirsi come preda sessuale. Un "volevo i pantaloni" vissuto quindi come difesa da una femminilità sentita come causa di vulnerabilità, di negazione di sé, o di abuso.

Tra i fattori precipitanti, va sottolineato oggi il ruolo dei media, per cui ho coniato il termine di "transessualismo mediagenico". Nel senso che la visibilità crescente sui media di persone che hanno cambiato sesso con successo può indurre una piccola confusa a credere che il percorso sia facile e di sicuro risultato. La crisi di identità può esplodere alla pubertà, quando la comparsa del seno, di forme femminili e della mestruazione "forza" la bambina che si sente un maschio a uscire dall'illusione della totipotenza per rendersi conto della forza del biologico in atto. Lutti e crisi personali possono precipitare la crisi di identità sul fronte psicologico.

Come comportarsi? I consigli pratici, condivisi in apposite linee guida dai maggiori esperti mondiali che si occupano di disturbi dell'identità, sono questi: 1) nei bambini evitare le etichette con diagnosi definitive di disturbo dell'identità, data la grande plasticità psichica e del comportamento dei piccoli; 2) non banalizzare il problema, ma offrire un sostegno psicologico qualificato alla piccola e alla famiglia, per aiutarla se possibile a sentirsi meglio all'interno del sesso di appartenenza; 3) se invece emerge con chiarezza un orientamento transessuale, è fondamentale ritardare la pubertà, con opportuni farmaci, che già usiamo in sicurezza nelle

pubertà precoci, per dar modo alla ragazzina prepubere di avere ancora tempo per maturare una propria decisione prima che i cambiamenti creati dagli ormoni rendano tutto il percorso molto più complicato.

Nel caso della bambina, il tenere "addormentata" la pubertà le consente di crescere in altezza, aspetto fondamentale per la dimensione fisica futura. Fondamentali l'incoraggiare a fare uno sport amato quotidiano, per maturare un "Io corporeo" più vivace e sano, per scaricare le emozioni negative, riducendo la vulnerabilità ad ansia e depressione, e fughe nei disturbi del comportamento alimentare o in altre dipendenze. L'effetto positivo dell'attività fisica è così importante da far parlare di "farmacoterapia endogena". Importanti sono poi le vitamine, in particolare la vitamina D, e oligoelementi come il calcio e il magnesio, per sostenere la crescita dell'osso.

In sostanza: un disturbo dell'identità è un problema serio, da affrontare con cura, gentilezza, rispetto e molta competenza, in modo interdisciplinare, per il bene della bambina e la serenità dei suoi familiari.