

Prima che il bambino nasca

Scritto da Dr. Adalberto Campagna

Venerdì 22 Febbraio 2013 10:48 - Ultimo aggiornamento Sabato 20 Febbraio 2016 10:01

Il desiderio che accomuna tutti coloro che desiderano avere figli è quello di averli sani; purtroppo un bambino su sei potrebbe presentare malformazioni congenite più' o meno gravi ma, grazie ad una **attenta prevenzione primaria**, una quota non trascurabile di questi bambini potrà nascere del tutto sana. Il percorso biologico che influenza la nostra salute durante la vita prenatale ha inizio nel momento del concepimento, e questo determina anche il futuro stato di buona salute del neonato, non solo fisico ma anche **psichico**.

Il tempo della gestazione, come tempo dell'attesa, di preparazione dell'accoglienza alla vita di ogni bambino, iniziata nel pensiero della coppia, si carica di numerosi e alti valori.

Questo è il tempo di inizio di una nuova relazione molto particolare, poichè caratterizzata dalla progressiva crescita intrauterina del nascituro che dovrà essere vissuta con attenzione e riflessione. Il precoce sviluppo uditivo fetale permetterà immediatamente la creazione di un canale comunicativo di primaria importanza con la voce materna, riconosciuta come veicolo per la costruzione di una relazione imprenscondibile.

Dall'involucro acquoso in cui è immerso il feto, questi riuscirà a sentire oltre alla voce anche il ritmo del cuore materno e i fruscii delle attività gastrointestinali.

Ma riuscirà a sentire anche le altre voci provenienti dall'esterno oltre ai rumori, ai suoni e ai vari trambusti.

Percio' consiglio ai futuri genitori di parlare spesso al nascituro, usando i toni dolci e garbati della gentilezza, abituando così il futuro bambino a familiarizzare proprio con quelle voci che alla nascita saranno pronte ad accoglierlo.

Non solo parlare, ma anche cantare e fare ascoltare musica dolce, preparando la strada da proseguire alla nascita con suoni e parole già conosciute durante la gravidanza.

Voci e suoni dunque per facilitare la relazione madre-bambino e sostenere lo sviluppo cognitivo-affettivo verso il nuovo mondo.

Se le prime basi del nostro organismo si sono formate bene **tra il momento del concepimento e la decima settimana di gravidanza** che conclude la fase di formazione, è molto probabile che tutto il resto si sviluppi correttamente.

Intervenire a gravidanza iniziata anche da poco, potrebbe risultare inutile nell'attuare una prevenzione efficace: qualsiasi intervento di prevenzione primaria rivolta alle varie condizioni congenite, deve essere realizzato prima dell'inizio della gravidanza.

Perciò, il primo consiglio per una donna che inizia a pensare di avere un figlio, è quello di mirare al miglior stato di salute possibile, per essere nelle condizioni ottimali per accogliere una nuova vita. Ovviamente questo si ottiene se si riesce a programmare la gravidanza evitando di lasciare al caso un possibile concepimento.

~~Dal punto di vista strettamente medico, studi relativamente recenti~~

Dr. Adalberto Campagna

www.adalbertocampagna.it

Studio Orion

via Papa Giovanni XXIII n.79, Grosseto - tel.

0564.491785

email: adalbertocampagna@hotmail.com - cell.

339.6562320

Prima che il bambino nasca

Scritto da Dr. Adalberto Campagna

Venerdì 22 Febbraio 2013 10:48 - Ultimo aggiornamento Sabato 20 Febbraio 2016 10:01

hanno stabilito che **lo sviluppo del nascituro necessita di una particolare vitamina, l'acido folico**, in quantità maggiore di quella necessaria ad un bambino o a un adulto, proprio nel periodo che va dal momento del concepimento alla decima settimana di gravidanza.

Dobbiamo quindi assicurare questa importante quantità di vitamina al nascituro e per farlo è necessario che ogni donna in cui una gravidanza è possibile perché lo desidera o probabile, assuma **0,4 mg di acido folico al giorno anche per anni senza possibilità di effetti collaterali**.

Le donne che assumono questa quantità di vitamina ogni giorno prima del concepimento e nel primo trimestre di gravidanza, insieme ad una alimentazione ricca in verdura e frutta, riducono del 50% il rischio di alcune gravi malformazioni congenite.

L'acido folico e i folati sono vitamine del gruppo B necessarie per la sintesi di molecole importanti e per la costruzione di nuove cellule; l'acido folico è la forma sintetica presente nei supplementi vitaminici; i folati sono i composti naturali presenti in alcuni alimenti come asparagi, carciofi, cavolini, cavolfiori, fagioli, lenticchie, ceci, cereali integrali, arance, kiwi.

Ai fini della prevenzione primaria, l'importante è avere una **alimentazione corretta** seguendo quella comunemente nota come "mediterranea", mantenere il giusto peso, non fumare, non assumere alcol né sostanze stupefacenti, facendo molta attenzione anche all'uso di tutti i farmaci compresi quelli così detti da banco.

Uno stile di vita sano è comunque raccomandabile anche per l'uomo in quanto recentemente è stato osservato che alcune sostanze chimiche ed il fumo, alterando gli spermatozoi possono incidere negativamente sulla salute dei figli.

Il nascituro va anche protetto da possibili malattie infettive che potrebbe contrarre dalla mamma, quindi vanno curate le eventuali *malattie sessualmente trasmesse (considerare l'opportunità di fare il test per HIV)* e attuati programmi di protezione da *rosolia, varicella ed epatite B* oltre che da *toxoplasmosi e citomegalovirus* con giuste regole d'igiene.

In caso di *diabete o malattie della tiroide*, è necessario adeguare le terapie e raggiungere uno stato ottimale di controllo della malattia. Eventuali *radiografie* vanno eseguite nei primi giorni del ciclo per evitare radiazioni che potrebbero causare problemi al feto; problemi di *malattie genetiche* nelle famiglie di origine vanno affrontati responsabilmente con una consulenza genetica, inoltre entrambi i futuri genitori dovrebbero sottoporsi ad un esame per lo stato di portatore sano di *talassemia e fibrosi cistica*.