
Quando nascono i gemelli

Autore: Raffaele Arigliani

Fonte: Città Nuova

Dopo due anni di matrimonio finalmente la scoperta che sono rimasta incinta, non però di un solo bambino ma di due gemelli, monozigoti. Sono subentrate tutte una serie di paure, non tanto sulla gravidanza ma su cosa devo aspettarmi alla nascita dei piccoli e su come prepararmi adeguatamente. Potrebbe darmi delle informazioni e dei consigli in merito? Grazie. Rossella

Intanto auguri per questa gravidanza che, come spesso succede, si accompagna agli interrogativi più frequenti: il bambino sarà sano? Sarò in grado di essere un buon genitore? Cosa debbo fare e come prepararmi? La gravidanza gemellare accentua queste domande. I gemelli nascono oggi in Italia con una frequenza quasi doppia rispetto a 30 anni fa. Siamo su una cifra di 10 mila parti gemellari l'anno, con circa 1 gravidanza su 95 gemellare e una su 3 mila trigemina. Tale incremento è per buona parte dovuto alla crescente diffusione dell'insieme delle tecniche di fecondazione assistita. Se i gemelli sono frutto della precoce separazione da un singolo ovulo fecondato si parla di gemelli monozigoti, se nascono invece da due ovuli diversi dizigoti. I primi saranno i classici gemelli identici; i secondi sono di fatto due fratelli con quindi le differenze somatiche e strutturali di tutti i fratelli e ovviamente possono anche essere uno maschio e l'altro femmina. Entrambi i tipi di gemelli nascono di solito sottopeso a causa delle dimensioni esigue della cavità uterina e del fatto che spesso il parto è prematuro. Tuttavia il peso dei neonati generalmente raggiunge quello normale dei nati singoli già durante il primo anno di vita. La crescita intrauterina è in effetti un meccanismo complesso dipendente da vari fattori, alcuni ambientali (il tipo di alimentazione materna, il livello socio-economico, fumo, droghe, ecc...) altri legati alla placenta che, soprattutto nel caso sia unica, può comportare squilibri di afflusso di sangue anche importante tra i due feti, da cui deriva una diversa velocità di accrescimento intrauterino dell'uno rispetto all'altro. La maggiore possibilità di nascere prematuri e sottopeso comporta che non raramente i gemelli abbiano bisogno di un supporto di cure neonatologiche, con il ricorso frequente nei primi giorni di vita all'incubatrice e alla supplementazione di liquidi con delle flebo. Anche per i gemelli i vantaggi dell'allattamento al seno, così come per i nati singoli, sono evidenti rispetto all'allattamento artificiale, e tale pratica va incoraggiata e sostenuta. Innegabilmente è però spesso indispensabile un allattamento misto già precocemente. Ciò sia per la quantità di latte della mamma, che può non essere sufficiente per i bimbi, ma anche per il dispendio di energie che allattare entrambi esclusivamente al seno comporta per la nutrice. Si tratta in effetti di scegliere sulla base sia degli aspetti nutrizionali che delle attese e del vissuto dei genitori. Innegabilmente i gemelli richiedono un'organizzazione di supporto. Non va dimenticato che il periodo post gravidanza è difficile per tutte le mamme e due neonati insieme possono con maggiore facilità determinare la crisi del sistema. La presenza attenta e anche quantitativamente significativa del papà per quanto sarà possibile è spesso ciò che fa la differenza. Che un papà si goda i figli fin da subito è auspicabile sempre, anche con un solo figlio: il papà dovrebbe non perdere neppure un attimo del dono ricevuto della paternità e io consiglio di sfruttare le occasioni in cui può fare il bagnetto al bimbo da solo, o accudirlo tra una poppata e l'altra lasciando che la moglie esca a fare la spesa, ecc... Con i gemelli pianificare la presenza diviene però una necessità. Insomma crescere dei gemelli è, in un paragone un pò infelice ma che rende l'idea, come guidare appena presa la patente già una macchina da corsa: senz'altro più difficile ma potenzialmente un'esperienza di grande soddisfazione. Col passare degli anni bisognerà poi porre attenzione a sviluppare l'identità individuale dei due bambini. Essi facilmente tenderanno ad avere un loro codice, un loro mondo, spesso non privo di conflitti di coppia e talora ricco di cifrari comunicativi noti solo a loro due. Inserirli in ambienti scolastici diversi e favorire la reciproca autonomia non sarà un fattore che ridurrà l'armonia del

rapporto ma anzi stimolerà la possibilità di una maturazione della personalità di ciascuno che non poggia eccessivamente sulla reciproca presenza e supporto. Ma della vita dei gemelli quando più grandicelli parleremo in altra rubrica.