



Piattaforma **I**nfanzia

21 Maggio 2012



DALLE NEWS

LA GRAVIDANZA FA BENE AL CERVELLO

Secondo uno studio pubblicato su *Current Directions in Psychological Science* il cervello della mamma cambia in positivo

Italia Manzione

21 Maggio 2012

Su quanto la salute di una madre incinta, i suoi comportamenti e i suoi stati d'animo influenzino il bambino sappiamo molto. Ma cosa conosciamo invece del cambiamento del cervello della madre stessa durante la gestazione? "La gravidanza è un periodo critico per lo sviluppo del sistema nervoso centrale nelle madri - afferma la psicologa Laura M. Glynn della Chapman University - Eppure non sappiamo praticamente nulla". Uno sprazzo di luce sull'argomento arriva da uno studio pubblicato su *Current Directions in Psychological Science*, una rivista pubblicata dalla Association for Psychological Science, secondo cui la maternità è un toccasana per il cervello femminile. Di certo sappiamo che si tratti di una fase critica nella vita della maggior parte delle donne che in nessun altro momento infatti subiscono fluttuazioni ormonali così massicce come durante la gravidanza. Ma la ricerca suggerisce che gli ormoni riproduttivi possono preparare il cervello di una donna ai compiti della maternità, aiutandola ad essere

meno soggetta a stress e più in sintonia con le esigenze del suo bambino. Gli studi hanno rivelato inoltre che esiste quello che in inglese viene definito "mommy brain", problemi di memoria che si verificano prima e dopo la nascita e che sono provocati, secondo la scienza, da un innalzamento del livello degli ormoni sessuali. "Questi cambiamenti cognitivi ed emotivi legati alla gravidanza possono avere un costo come qualche vuoto di memoria - dice Glynn - ma il vantaggio è un'acuirsi della sensibilità della futura mamma".

Glynn avverte che gran parte della ricerca sul cervello materno è stata condotta con i roditori, le cui gravidanze differiscono enormemente da quelle delle donne, e che quindi più ricerca sulla madri umane è necessaria, ma è ottimista sul fatto che un quadro più completo dei cambiamenti cerebrali esistenti durante dalla gravidanza potrà aiutare anche le gravidanze a rischio. Secondo le ultime ricerche, la gravidanza potenzia le funzioni olfattive dei neuroni, e la cosa più interessante è che questi cambiamenti perdurano dopo il parto. Se la stessa cosa accada o meno anche alle donne è ancora un mistero. Gli esseri umani, ricorda giustamente Glynn, sono diversi dai ratti ma, secondo la studiosa, è "estremamente probabile che la gravidanza alteri in modo perenne le funzioni del cervello femminile". "La gravidanza - spiega la psichiatra e psicoanalista Adelia Lucattini, presidente della SIPSIES, Società Internazionale di Psichiatria Integrativa e Salutogenesi di Roma - è un periodo psicologicamente complesso e fertile per la donna. Tranne rare eccezioni, i livelli ormonali tipici di questa fase della vita modificano l'umore e la mente di chi la vive. E se la gonadotropina corionica, l'ormone che permette di fare diagnosi di maternità, la doppia linea blu del test, può causare sbalzi di umore e nervosismo soprattutto nei primi mesi, il progesterone, che mantiene la gravidanza, ha invece un effetto assolutamente positivo sull'umore".

Scienziati italiani e stranieri sembrano quindi tutti d'accordo: la gravidanza è un'ottima palestra per il cervello della futura mamma. Serve ad allenarlo ad affrontare più impegni nello stesso tempo. E poco importa se qua e là si verificano piccoli buchi di memoria: si tratta sicuramente di cose meno importanti rispetto alla cura di se stessa e del bebè in arrivo.