

iD Edizioni



**ESSERE MADRI
SENZA SOFFRIRE**

Il Me Too virtuoso delle mamme italiane

Essere madri non significa per forza soffrire

Il Me Too virtuoso delle mamme italiane

Essere madri non significa per forza soffrire

Il Me Too virtuoso delle mamme italiane

*Da un'idea di **Silvia Buffo** e **Alberto Buffo***

*A cura di: **Silvia Buffo***

*Stesura: **Melissa Matiddi***

Ricerca e fonti bibliografiche: la redazione de "ildigitale.it"

*Grafica e copertina: **Ylenia Campanelli***

© ID Edizioni, 2023

Studio 46 Srl

ISBN 979-12-81506-00-5

È vietata la riproduzione, anche parziale, del contenuto di questa pubblicazione.

Per eventuali e non volute omissioni e per gli aventi diritto tutelati dalla legge, l'editore dichiara la piena disponibilità.

Indice

Dentro la normalità del dolore materno

- 1.1 L'accettazione della sofferenza
- 1.2 Educazione al dolore

Narrazione di una violenza subdola e (s) conosciuta

- 2.1 *«Non sei tu, è la violenza ostetrica»*
- 2.2 Dalla solitudine post-parto all'episiotomia
- 2.3 Quando a una madre non è permesso essere stanca

Storie di abuso dentro e fuori la sala parto

- 3.1 Tutte le volte che hai subito violenza ostetrica: come riconoscerla
- 3.2 Quando un parto si trasforma in violenza
- 3.3 *«Zitta e spingi più forte»*

Il movimento del *Me Too* annienta il cliché sul parto

4.1 Unite siamo più forti

4.2 La solidarietà tra donne abbatte il pregiudizio e l'ignoranza

4.3 Vince la verità delle madri

Normative utili

5.1 Qual è la situazione in Italia?

5.2 Come tutelarsi dalla violenza ostetrica

Bibliografia

Sitografia

Dentro la normalità del dolore materno

1.1 L'accettazione della sofferenza

Fin dalla notte dei tempi, le madri hanno dovuto soffrire in silenzio. Chiuse in un retaggio antico e angusto, schiacciate dalla pressione delle aspettative del mondo, hanno accettato completamente il dolore e con esso anche l'impossibilità di esprimere pensieri a riguardo. **Soffrire per una madre è normale.**

Polemiche, lamentele e rimostranze di ogni tipo, per quanto possano essere attendibili e giuste, vengono sbriciolate da un costruito incancrenito che mira a depotenziare la sofferenza femminile. Non c'è spazio per il dolore delle donne. Ogni reclamo viene considerato come una lagna e percepito invece come minaccia da parte di una società che da sempre argina il ruolo materno.

Rivoluzioni, proteste e manifestazioni del passato non sono riuscite minimamente a scalfire la durezza di un concetto tanto latente quanto manifesto che a volte inganna le donne stesse. Il lascito testamentario, ereditato dalle nostre nonne, ha elargito una sola certezza: solo soffrendo in silenzio, trasmettiamo alla società il nostro essere donne. Da quando siamo piccole, **ci è stato tramandato l'obbligo di silenziare il nostro dolore.**

Non importa quanto sia profondo o acuto, noi abbiamo il dovere di zittire qualunque forma di malessere. Se da un lato questo assunto può sembrare assurdo ed esagerato per chi sta leggendo, dall'altro dimostra quanto sia radicata per tutti, comprese per noi donne, la normalità di sopprimere qualunque condizione di disagio.

Non c'è da meravigliarsi se, arrivate a questo punto qualcuna tra noi, in preda alla negazione più totale, si troverà in disaccordo con quanto detto e sarà invece convinta di essere lei l'eccezione e di poter mostrare qualsiasi forma di tormento davanti al mondo. Ma aspettiamo un momento.

Nelle nostre menti non risuona forse quella voce che ci invita a mantenere segreto e nascosto il dolore per evitare di essere giudicate come persone lamentose? **Quante volte la nonna burberamente ci ha risposto che ai suoi tempi le donne non si lamentavano di fronte a niente?**

Il (de)merito è tutto del retaggio involutivo della catena sociale del patriarcato, che ha fatto cadere le nostre antenate in una trappola: malgrado si presenti come infiocchettata, resta sempre una trappola, in cui inconsapevolmente siamo invischiate anche noi.

Secolo dopo secolo la questione è rimasta la stessa: la donna si potrà preoccupare solo della famiglia. Tutto quello che ruota intorno a lei non è ammesso attorno al suo essere, attorno al suo corpo. Invece ad orbitarle attorno potrà essere solo la figura maschile: questo sì, è concesso. **“Felice marito, buona moglie”**, le donne sono state buggerate dal racconto millenario che la loro unica preoccupazione fosse la felicità dell'uomo e dei figli. Da qualunque angolazione le si guardi, è concesso loro d'essere, solo in funzione del ruolo sociale che si riveste.

Se si è anche madri, la questione diventa ancora più intricata e spietata. Neppure nel caso del parto, è concesso lamentarsi del

dolore atroce provocato dalla mutazione del corpo che fa spazio a una nuova vita. Anzi, la trasformazione, causata dalla gravidanza, assume una connotazione simbolica: alle future madri viene chiesto di mettere da parte i propri bisogni per far spazio unicamente a quelli del bambino. Pensiamoci.

Durante il travaglio alle partorienti non viene forse suggerito di spingere più forte proprio per evitare sofferenze e complicazioni al bambino. La donna passa in secondo, terzo e addirittura quarto piano. Scompare. Subisce la metamorfosi del suo corpo tramite il parto. Lo strazio di quel momento viene coperto dalla solita narrazione: *“Non c'è spazio per il tuo dolore”*.

E quello che rimane, coincide con l'unica cosa di cui dovremmo andar fiere, almeno secondo i dettami di questa società: aver dato alla luce un bambino. Conta solo questo.

Per non parlare del racconto *post-partum*, percepito come una scoccatura, quasi si tratti di un capriccio, di una lamentela ascrivibile all'età dell'adolescenza. E invece accanto alla gioia quanto può essere anche frustrante occuparsi ventiquattro ore al giorno di un'altra persona?

Quello che si aspetta il mondo è una totale e silenziosa omissione del dolore, ma, sia ben chiaro, solo se ha origine da un corpo femminile. Non importa se non crediamo o non ci troviamo d'accordo con queste considerazioni, quello che conta è capire quanto innervato e infossato sia il fenomeno.

Ecco, quindi, che l'accettazione della sofferenza prende una piega diversa da come ce la immaginavamo. Vediamo come il processo di accettazione non deve invece assumere una connotazione passiva e sottomessa, bensì rappresentare **il punto di svolta da cui partire per rimodulare il pensiero comune.**

Anche se fino ad ora ci hanno insegnato che tollerare ogni for-

ma di dolore sia normale e legittimo, oggi, possiamo finalmente spezzare quella catena che si regge in piedi a forza di pane e tossicità. Esteriorizzare la sofferenza non può dipendere da una questione di genere, deve diventare normalità, anche e soprattutto per le mamme.

1.2 Educazione al dolore

“Se bella vuoi apparire, un po’ devi soffrire”. Chi non ha mai sentito questa frase, probabilmente appartiene al sesso maschile. Molte di noi, si saranno trovate a dover rispondere sin da piccole ad un’affermazione simile, tanto logorante quanto sminuente. **Sembrirebbe che l’intera vita di una donna sia associata inevitabilmente al dolore, al silenziamento e all’annullamento personale** qualunque sia il suo contesto d’appartenenza o di origine.

“Se vuoi essere bella devi soffrire”, “Se vuoi essere una brava madre devi tacere”, “Se vuoi essere una buona moglie devi stare zitta”. Non è un caso che le azioni da compiere indichino tutte un sacrificio. Quando pensiamo al dolore, qual è la prima cosa che ci viene in mente? Il corpo, la fisicità. E se pensiamo alla fisicità, cosa ci viene subito in mente? La bellezza.

Facciamo caso, una donna deve apparire sempre in un certo modo. Essere curata in ogni occasione, persino nel momento del travaglio. Non è un caso che durante i corsi di parto siamo sommerse di consigli e nozioni su come vivere una gravidanza serena e soprattutto restando in forma. Eppure, non dovrebbe essere un momento di intimità e di riservata dolcezza? Quanti

articoli invece leggeremo su come farci belle durante la gravidanza?

E perché una donna dovrebbe sentirsi al top in una fase in cui il suo corpo si trasforma totalmente? La risposta arriva direttamente da Maura Gancitano che in *Specchio delle mie brame, la prigioniera della bellezza* affronta la questione come se si trattasse di una vera e propria religione:

L'ideale di bellezza da raggiungere ha, in effetti, dei caratteri molto simili a quelli di una religione che promette la salvezza e fa leva sul nostro senso di insoddisfazione, di impotenza, di inadeguatezza e sulla sindrome dell'impostore.

Si parte quindi dal peccato, dalla sensazione di aver agito male, di non aver fatto abbastanza, di non aver messo a frutto le proprie possibilità e i propri talenti. Se il mio corpo non è conforme, se i pori del mio viso sono così dilatati, se il sorriso non è bianchissimo è perché sono stata pigra, indolente, una peccatrice. Avrei potuto e avrei dovuto impegnarmi di più, e invece ho sprecato il mio potenziale, ho rovinato il corpo che mi è stato donato, non mi sono presa cura di me.

Come abbiamo visto, la sofferenza, l'umiliazione e il senso di colpa fanno da collettori in tutte le fasi dello sviluppo femminile. Però, più che identificarle come ombre, che ci si legano addosso, ci sono state impiantate come nostra pelle. E così, subendo l'innesto di un tessuto malato, per dissuaderci dal disagio, ci mostriamo invece in splendida forma. Quando abbiamo incontrato il mondo per la prima volta avevamo già assorbito questa dinamica.

Ce lo portiamo dietro in ogni momento, non ce ne liberiamo quasi mai, è connaturato nel nostro essere donne. Anche quando stiamo per partorire, ci preoccupiamo della nostra immagine e siamo convinte di non aver sofferto abbastanza o di non aver

spinto abbastanza.

Insomma, il malessere e la preoccupazione per non essere perfette e sempre in forma, proprio come ci vorrebbe la società, sono delle costanti nella vita di donne e mamme. L'origine del dolore comincia già in giovane età con l'avvento del menarca, prosegue con le diverse intemperie presenti nella vita di una femmina e continua con la maturazione, dentro e fuori il nostro corpo di bambine.

Non stupisce che indipendentemente dalla fase in cui si possa trovare una donna, il denominatore comune resta sempre lo stesso: nascondere, occultare, celare.

Che si tratti di dolori mestruali, di sofferenze varie o di stanchezza e disagio causati dal parto, **l'educazione al dolore ci viene impartita sin dalla tenera età** allo scopo di farci assimilare e normalizzare il più velocemente possibile il germe della sofferenza.

Permettere alle donne di esprimersi significa considerarle alla pari degli uomini. E in questa società, in cui il femminile viene costantemente ridimensionato, o per dirla con Simone de Beauvoir, identificato come «secondo sesso», ciò non è proprio possibile. Ma perché siamo educate al dolore? Perché non siamo libere di esprimerci riguardo al nostro corpo?

Prima di immergerci in una risposta senza fine, vale la pena soffermarci sul preciso momento in cui il corpo di una donna smette di esistere e viene consegnato direttamente alla società. **Goliarda Sapienza ci spiega come, puntualmente, la comparsa del menarca coincida con la perdita di tutte le libertà per le ragazze**, figuriamoci per le madri, che dopo la venuta del rosso, sono invitate a vestirsi in maniera piuttosto neutrale per evitare di attirare sguardi indiscreti sul nuovo corpo.

Fin da piccole, quello che ci viene suggerito è di coprire tutto ciò

che possa disturbare e turbare l'esterno... ovviamente a discapito nostro. Dalle parole della scrittrice comprendiamo, infatti, come le signorine, di un tempo come quelle di oggi, fossero vincolate da norme sociali ad assumere parecchie responsabilità rispetto alla loro età. E ad occhio e croce è la stessa logica che colpisce le gestanti e le mamme. Citando ancora la scrittrice Sapienza in *Lettera aperta*: *"Adesso che sapevo, vedevo che non usciva più, se non con la madre o il fratello, né alzava la testa per salutarmi quando c'erano Carlo e Arminio: solo se non c'erano uomini vicino a me mi salutava, ma senza sorridere"*.

Se ci pensiamo bene, il discorso è valido ancora oggi. Quante volte, a causa del nostro sviluppo fisico, siamo state esortate a indossare vestiti più consoni al corpo di una donna? **Quante volte il nostro corpo è stato preso di mira a causa dei normali chili presi durante la gravidanza?** Perché il corpo non ci appartiene, lo spiega bene Carolina Capria in *Campo di battaglia, le lotte dei corpi femminili*:

Il mio corpo ha cominciato a esistere con il menarca. Prima di allora sì, sapevo di averne uno, ma essendo bianca e abile nessuno si era mai soffermato a osservarlo. Era un corpo tutto sommato invisibile, e di conseguenza non avevo mai preso in considerazione che esistesse anche al di fuori della mia percezione. Ero una bambina graziosa, magra, obbediente ed era normale che passassi inosservata. Fino a quando, una mattina d'autunno, non è arrivato il sangue.

Inutile negarlo, **con l'arrivo del ciclo mestruale inizia la fase di controllo sul nostro corpo** che, non più nostro, è ora affidato alle convenzioni sociali, colonne portanti dell'impero patriarcale. Siamo chiamate a sopportare un dolore su un corpo che non è nostro. La filosofa Silvia Federici, in *Calibano e la strega*, sostiene che proprio nella transizione tra feudalesimo e medioevo il corpo

delle donne sia stato affidato alla società.

Importante notare come, nel momento del travaglio, il corpo delle partorienti venga completamente affidato nelle mani di operatori sanitari che lo accolgono così benevolmente come fosse loro. In molte occasioni dimenticano persino di chiedere alla madre di turno il consenso per effettuare certe pratiche, come di informarla rispetto a quanto sta accadendo. **La società impone alle donne di interiorizzare qualsiasi forma di malessere fisico.**

Così come alle ragazzine non è permesso lamentarsi del ciclo mestruale, alle madri non è concesso esteriorizzare le problematiche legate al parto. La formula è sempre la stessa: donna + dolore = silenzio. Chiaramente, nel caso di una gravidanza, la vicenda assume toni profondamente più negativi e drammatici rispetto alla comparsa del menarca.

Proprio durante quel momento, in cui il corpo di una donna si prepara all'evento più estremo di sempre, il parto, non ci dimentichiamo che il collo dell'utero raggiunge i dieci centimetri di dilatazione per permettere ad un neonato di poter venire al mondo. È esattamente nella divulgazione di questo concetto base che viene imposta la sofferenza come parametro di normalità.

Non importa a nessuno se il nostro corpo è attraversato da dolori strazianti, offese, pratiche lesive di vario genere e rimproveri. Poiché, non solo viene naturalizzato il dolore, ma verrà normalizzata tutta una serie di comportamenti da parte delle figure sanitarie, che si possono identificare in forme di aggressività verbale, fisica e psicologica.

Ma di cosa stiamo parlando esattamente? Si maschera da stimolo, prassi medica e motivazione per incoraggiare le partorienti a spingere più forte e a rendersi orgogliose di sopportare un dolore così tanto atroce. In molti casi richiede anche punti di sutura per ricucire la vagina e si nasconde negli atteggiamenti di ope-

ratori sanitari che sanciscono certe pratiche come necessarie e sicure, ma in realtà **il suo nome è uno: violenza ostetrica.**

Colpisce più di quante donne possiamo immaginare. È difficile da individuare e identificare, perché è ancora una tematica molto tabuizzata.

Siamo così abituate a pensare che sia normale sentirci urlare contro atrocità di ogni tipo durante il parto o a essere lasciate completamente sole dopo dodici ore di travaglio, tanto che ormai non ci facciamo più caso.

La mortificazione e l'umiliazione sono molto difficili da mostrare dal momento che la società patriarcale da sempre veicola il messaggio che la sofferenza, per una donna, sia necessaria per provare gioia. Dobbiamo affrontare e cambiare la realtà di chi ci racconta che sia normale in certi ambienti essere ferocemente umiliate e subire manovre senza autorizzazione e consenso.

La violenza ostetrica è, a tutti gli effetti, una forma di abuso e per questo deve essere punita. Ma, per farlo, bisogna guardarla dritta negli occhi e dirle che l'abbiamo riconosciuta: non può più farci del male. Rispetto al passato, possiamo fare la differenza e agire insieme nel contrastare questo fenomeno, ma prima capire come.