

Indice

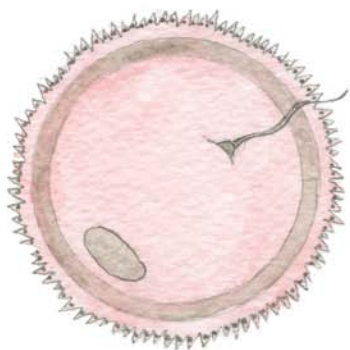
Cominciamo	7
La curiosità di Alice	9
Un po' di imbarazzo	25
Innamorarsi	43
Fare l'amore	55
Concepimento	71
Gravidanza	83
La nascita	95
Il nostro corpo: le donne	111
Il nostro corpo: gli uomini	127
Conclusioni	145
<i>Appendice 1</i>	
La crescita	149
<i>Appendice 2</i>	
Soluzioni delle attività	157

Gravidanza

«**M**amma, dopo che il dottore ti ha detto che eri incinta, cosa è successo?» domanda Alice.

«Quando lo spermatozoo entra nell'ovulo, si forma una nuova cellula. È l'inizio di una vita che, dopo nove mesi, avrà l'aspetto di un bambino o di una bambina. Questa cellula cresce, si moltiplica e si sviluppa nell'utero della donna. L'utero è un luogo molto accogliente per il bambino, che vi trova una casa sicura e protetta. Nei primi tre mesi il bambino si chiama embrione; a partire dal quarto mese prende il nome di feto. Guardandolo con uno speciale strumento, chiamato ecografo, il medico riesce a vedere — e fa vedere anche alla mamma e al papà — le diverse parti del corpo del bambino che dovrà nascere: il cuore, la testa, le braccia e le gambe. Pensa che quando l'embrione diventa feto, con l'ecografo il dottore può anche capire se sarà un maschio o una femmina e può vedere tutte le

dita delle mani e dei piedi. Il feto, nell'utero, cresce piano piano, si sviluppa e diventa grande.



Per questo motivo ora vedi la mia pancia che ogni giorno aumenta: il tuo fratellino sta crescendo nell'utero e l'utero e la pancia accompagnano la sua crescita allargandosi.»

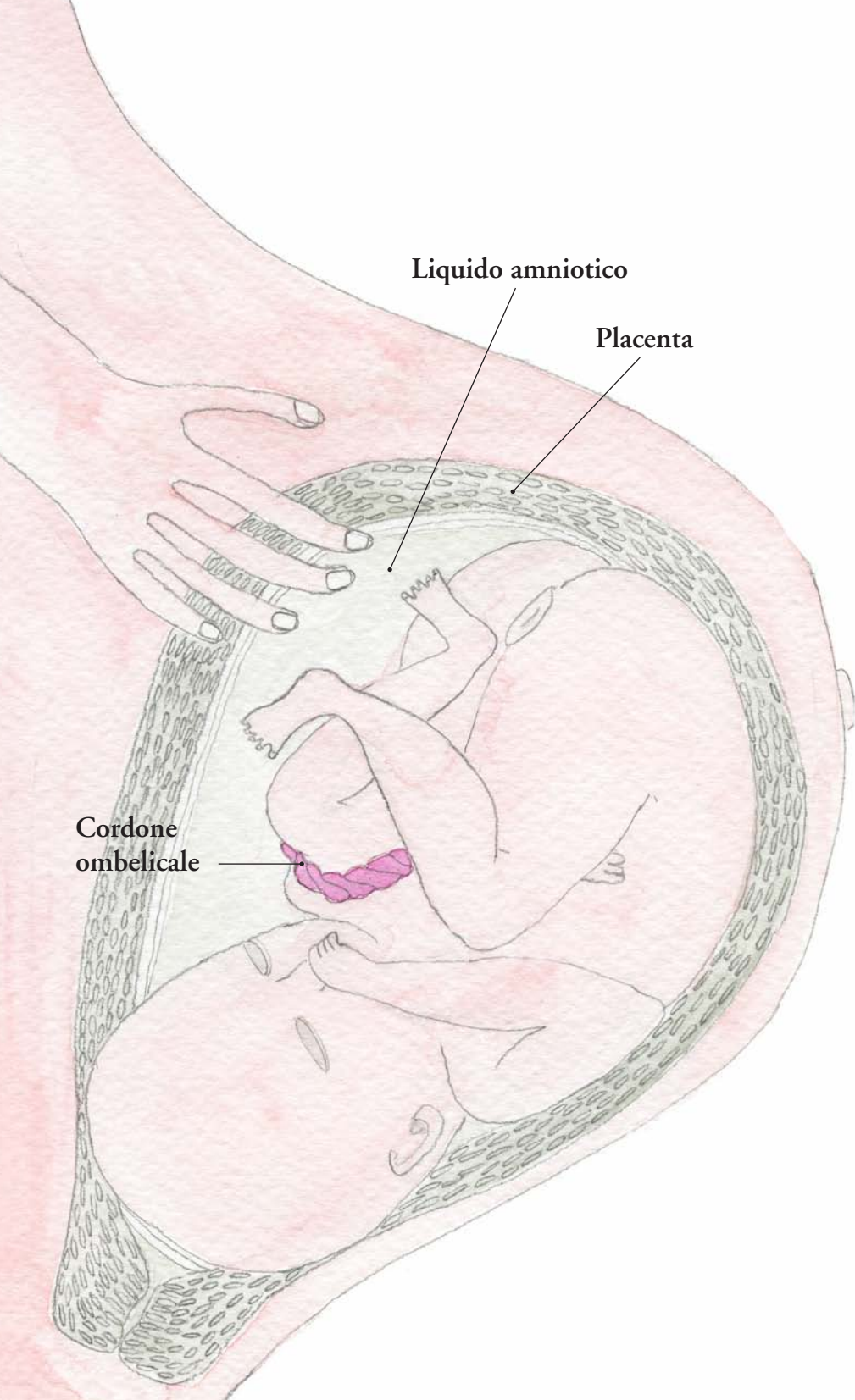
«Ma come fa il bambino nell'utero a mangiare e a respirare?» chiede Alice.

«Ovviamente il feto non riesce a mangiare e a respirare come facciamo noi. Il feto è collegato alla sua mamma attraverso la placenta e il cordone ombelicale. La placenta è molto importante perché funziona come una spugna: essa filtra le sostanze che possono servire al feto e le fa passare, attraverso il cordone ombelicale, dal sangue della mamma a quello del bambino. Anche l'ossigeno, grazie al quale il piccolo riesce a respirare, passa per il cordone ombelicale.»

«È per questo motivo che fai attenzione a quello che mangi adesso che sei incinta?»

«Sì, certo! Una parte di quello che mangio arriva fino al bambino e io voglio che lui si possa nutrire solo con le sostanze migliori, quelle che gli servono davvero per crescere e diventare forte. Il bambino, nell'utero della mamma, si trova all'interno di una specie di sacchetto, il sacco amniotico: qui, è immerso in un liquido che ha il compito di proteggerlo dagli urti e di tenerlo al caldo.»

«Ma quanto deve stare il bambino nell'utero della mamma?»



Liquido amniotico

Placenta

Cordone
ombelicale

«Tutto il tempo necessario per svilupparsi, crescere e affrontare il mondo esterno. Di solito sono necessari nove mesi, perché ciò avvenga. Talvolta però, per tanti motivi diversi, succede che il bambino esca prima, a sette-otto mesi. In questo caso può nascere ancora un po' debole e fragile, proprio perché non ha avuto la possibilità di svilupparsi completamente nell'utero.»

«Ma allora, se il bambino nasce prima, è malato?»

«No, ha solo bisogno di poter continuare a svilupparsi e crescere stando protetto e al sicuro. Per questo i bimbi prematuri, cioè quelli che nascono prima dei nove mesi, possono essere messi dopo la nascita in una culla speciale che si chiama incubatrice. Il bambino, nell'incubatrice, è come se si trovasse ancora nell'utero della sua mamma: è al caldo, protetto, al sicuro e può continuare a crescere fino a quando non sarà pronto ad affrontare il mondo esterno.»


«Ma è vero che il fratellino nella pancia tira i calci?» domanda Alice curiosa.

«Beh, non è proprio così, cioè non è che tira dei calci, ma semplicemente si muove. Quando il bambino è nell'utero si gira e rigira spesso, e talvolta lo fa in maniera un po' buffa, tanto che sembra stia tirando dei piccoli calci. Sai Alice, è bello sentire il

proprio bambino che si muove! Ricordo bene quando lo facevi tu: io chiamavo subito il papà perché appoggiasse la sua mano sulla mia pancia, in modo da poter sentire i tuoi movimenti. Eravamo molto emozionati quando ti sentivamo muovere!»




NELLA PANCIA DELLA MAMMA




Son tutto nudo, buffo e pelato
perché non sono ancora nato.
Mi trovo in un posto davvero fatato,
caldo, protetto e ben coccolato.

Qui posso crescere e aspettare
perché nove mesi devon passare.




All'inizio ero davvero piccino,
quanta fatica per diventare bambino!
Ma giorno dopo giorno la grande novità
è che il mio corpo cresce: che felicità!




Il cuore, la testa e due piedini,
le mani, le gambe e niente dentini:
quando la mia mamma mi vedrà,
chissà che cosa penserà.

Tutti quei mesi passati a sognare
per potermi poi finalmente abbracciare!



Adesso io sento battere il suo cuore,
sembra che canti a tutte le ore:
è una tenerissima e dolce ninna nanna,
che bello avere per casa la mia mamma!





PAGINE DI DIARIO

Quando il bambino è nell'utero della mamma, si stabilisce una comunicazione profonda e molto intima tra i due: il bimbo impara a sentire gli stati d'animo e le emozioni della mamma, la quale a sua volta riesce a comunicargli molte sensazioni.

Prova a immaginarti al posto di un bambino nella pancia della mamma: secondo te, quali sono le parole e i pensieri della mamma che potrebbero farti stare bene? Continua l'elenco che trovi qui sotto con le frasi che ti vengono in mente.

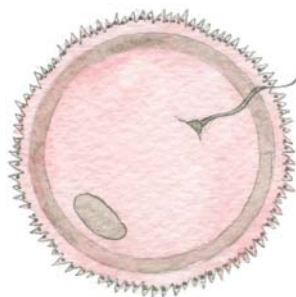
«Ti voglio bene, piccolino mio.»

«Non vedo l'ora che tu nasca per poterti finalmente vedere!»

«Vorrei che tu fossi un bambino felice.»

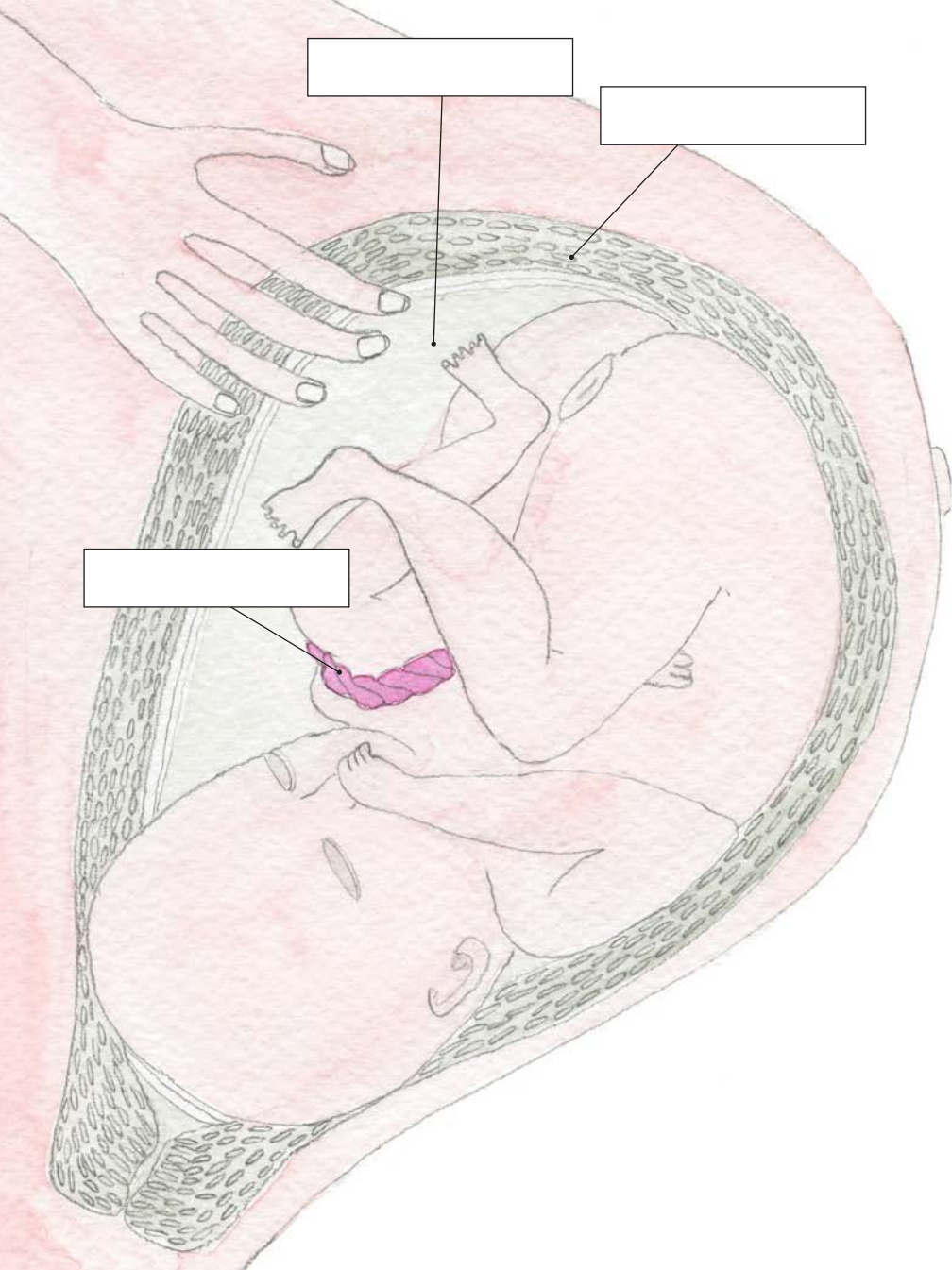
ATTIVITÀ: Le fasi di crescita del bambino

Prova a mettere in ordine le varie fasi di crescita del bambino nell'utero della mamma.



ATTIVITÀ: Nella pancia della mamma

Completa scrivendo i nomi delle parti indicate.



ATTIVITÀ: Quando ancora non eri nato...

Chiedi ai tuoi genitori se hanno ancora da qualche parte, in un cassetto, un'ecografia di quando tu eri nella pancia della mamma. Se riuscite a recuperarla, incollala qui sotto, poi scrivi le emozioni che provi a vederti così piccolo e «annebbiato» nell'immagine ecografica.

INCOLLA QUI LA TUA ECOGRAFIA

Fatti ora raccontare da mamma e papà cosa hanno provato quando hanno fatto le prime ecografie e ti hanno, così, potuto vedere e conoscere per la prima volta.
