

Un figlio non deve nascere per caso

Prof.ssa Alessandra Graziottin

Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica H. San Raffaele Resnati, Milano

“Che contraccezione usa?”. “Niente”. “E se capita un figlio?”. “Se capita... siamo contenti!”. Fantastico. In questi tempi di guerriglia su pillole del giorno dopo e aborti, questa disponibilità d'altri tempi suona positiva. Tuttavia, proprio perché siamo nell'anno di grazia 2008, il “se capita” andrebbe rivisto con un'attenzione maggiore alla prevenzione, anche in caso di gravidanze desiderate. Per ottimizzare le possibilità che il bambino sia sano, riducendo molti rischi oggi prevedibili ed evitare problemi gravi che trasformano la gioia di un figlio in dolore e solitudine quotidiana. Per esempio, ogni donna che consideri di avere un figlio, dovrebbe utilizzare ogni giorno un supplemento di acido folico (0,4 mg al dì). Questo consentirebbe di prevenire due grandi complicanze, l'una di tipo malformativo, l'altra legata alla grande prematurità: due problemi non da poco. Quanto prima bisognerebbe assumere l'acido folico, per scongiurare questi rischi? In generale, i ginecologi più attenti raccomandano di assumerlo almeno tre mesi prima del concepimento. Con questa precauzione c'è un'ottima riduzione dei “difetti del tubo neurale”. Normalmente, il tubo neurale, che dà origine al cranio e alla colonna vertebrale, si chiude entro 30 giorni dal concepimento (tra il 17esimo e il 29esimo giorno tipicamente), quando la donna spesso non sa ancora di essere incinta. Ecco perché l'acido folico va assunto prima del concepimento! I difetti del tubo neurale (Neural-Tube Defects, NTD) nei neonati includono la spina bifida, la lesione più frequente, anencefalia, craniorachischisi, ed encefalocele. Queste malformazioni possono colpire circa 1 neonato su 1000, negli USA, un po' meno in Italia e sono responsabili di gravi conseguenze, tra cui la possibile paralisi degli arti inferiori e problemi di continenza urinaria, nel caso di spina bifida, e variabile deficit intellettivo, se interessano il cranio. Le cause di difetto del tubo neurale sono molteplici: fattori genetici, malattie che comportano un alterato assorbimento di nutrienti, quali la celiachia, e anomalie cromosomiche, oltre a farmaci, specie gli antifolati e gli anti-epilettici, e i tossici ambientali. La prevenzione conta moltissimo. Già nel 1991 uno studio pubblicato dal Medical Research Council inglese su Lancet dimostrò che la supplementazione di acido folico prima della gravidanza e nelle sue fasi precoci riduce significativamente il rischio di difetti del tubo neurale nei neonati. Secondo quello studio, infatti, l'assunzione di 0,4 mg al giorno di acido folico, prima della gravidanza, aveva comportato una riduzione dell'83% dei difetti del tubo neurale. E' l'unico caso in cui possiamo drasticamente ridurre un rischio malformativo con una vitamina!

Ci sono altri vantaggi nell'uso preventivo dell'acido folico? Sì: una ricerca appena presentata dal dottor Radek Bukowski, al 28° Convegno americano di Medicina Materno-Fetale, indica come l'acido folico possa ridurre i parti prematuri precoci, quelli che compaiono tra la 20° e la 28° settimana di gravidanza, che si associano ai maggiori rischi per la salute del bambino proprio per questa grave prematurità. La riduzione di questo rischio è del 70% nelle donne che hanno assunto l'acido folico per un anno prima del concepimento, mentre i parti prematuri tra la 28° e la 32° vengono ridotti del 50%. L'effetto protettivo è dunque ottimale se l'assunzione è ben più lunga, per circa un anno prima del concepimento. Ultima chicca: alcuni dati preliminari indicano che assumere questa vitamina prima di un concepimento potrebbe migliorare anche la fertilità dell'uomo.

Ma non è solo questione di vitamine. Fare gli esami preconcezionali (che così si chiamano perché andrebbero fatti prima del concepimento) a entrambi i partner può aiutarci a cogliere quelle situazioni di rischio che vanno corrette prima. Per esempio, la negatività del test della rosolia deve indurre a vaccinare la futura mamma (assumendo per tre mesi un contraccettivo ormonale) così da evitare che una rosolia contratta in gravidanza, magari silenziosamente, possa provocare danni malformativi gravi al bambino. Ugualmente, la ricerca della toxoplasmosi e del cytomegalovirus ci diranno se siamo in condizioni di recettività (e allora il test andrà ripetuto più volte in gravidanza, per diagnosticare immediatamente l'eventuale infezione così da curarla tempestivamente). Per non parlare di possibili positività alla sifilide (ricomparsa baldanzosamente in Italia) o dell'HIV.

Pensarci prima è un segno di responsabilità e di amore verso il bambino che verrà.