

GRAZIA

settimanale n. 44
26/10/2016

News

**SÌ O NO AL
REFERENDUM**
Anche i divi
si danno
battaglia

**IL PAPA
CONTRO
JUDE LAW**

**IL CASO
HOLLANDE**
Se la tua ex
rende pubblici
i vostri sms

FEDERICO ROSSI
E BENJAMIN MASCOLO
22 E 23 ANNI
CANTANTI E STAR
DI YOUTUBE

Le nuove star

BENJI & FEDE

Ragazze,
amate noi
non il nostro
successo

**ALESSANDRA
AMOROSO**
IL MIO CUORE
CONDIVISO
CON VOI

**MARTINA
COLOMBARI**
Io, New York e la
dinastia dei Lauder

MODA

SEXY ANDROGINA

Maschile, femminile, profondo notte

GRUPPO A MONDADORI

PIÙ: ogni 3 mesi in A.P. - D.L. 95/01 art. 1, comma 1, DC8 Verona - BE € 3,90 - AT € 4,00 - CANADA CAD 8,50 - CH CT CHF 4,00 - F € 4,00 - DE € 4,90 - PT € 4,70 - UE1 € 6,00 - BE € 4,90 - SE SWE 30,00 - CH DFR 4,50 - U.S.A. \$ 4,90

ELEONORA STA CERCANDO DI DIVENTARE MADRE GRAZIE ALLA FECONDAZIONE ETEROLOGA. MA, NEL FRATTEMPO, HA VISSUTO IN PRIMA PERSONA IL SENSO DI INADEGUATEZZA DI CHI NON RIESCE AD AVERE FIGLI. UN SENTIMENTO CHE È RIEMERSO QUANDO UN'AMICA LE HA CONFESSATO DI AVERE ABORTITO

FERTILE O NO, DEVO IMPARARE AD AMARMI

Eleonora Cosentino è una siciliana di 36 anni a cui è stata diagnosticata una menopausa precoce prima di poter avere dei figli. Dal numero 29 di Grazia sta raccontando il lungo percorso che la porterà, nei prossimi mesi, alla fecondazione eterologa grazie all'ovodonazione di un'altra donna.



Eleonora Cosentino, 36 anni, è l'autrice di questo diario.

Hanno tenuto nascosto il loro “segreto” per mesi. Sei lunghi mesi. Passati a crogiolarsi in un dolore senza forma e senza testa. In un dolore vissuto con lo stomaco in subbuglio, senza capire. In questi momenti sembra quasi che il corpo si muova come la coda mozzata di una lucertola. Continua a muoversi seppure non abbia più “ragione”. È stato il “loro” aborto. Quello di una coppia di amici che dopo sei mesi, e sei mesi sono tanti, ha deciso di raccontarmi. Lei ha interrotto spontaneamente la gravidanza, senza arrivare forse neppure a dieci settimane e nessuno dei due l'ha voluto dire.

Troppo grande quel vuoto, troppo cavo quel ventre per toccare ancora qualcosa da descrivere. In questi momenti non c'è niente da dire o quasi. Lo so. Anche se il mio ventre non si è mai svuotato perché non si è mai neppure riempito, ma so bene quanto e come un'infertilità possa comunque diventare un lutto, una perdita.

Qualche sera fa eravamo a cena, insieme, e tra una birra e un trancio di pizza lei ha balbettato qualcosa. Non c'è stato bisogno che continuasse. Avevo già capito. Il dolore non lo racconti. Lo vedi. E lei ha tenuto il suo segreto per paura che quel dolore diventasse ancora più grande, per paura di essere poco “elegante” nei miei confronti, che un figlio non posso averlo se non con una fecondazione, eterologa, con un donatore esterno alla nostra coppia. Io ho sorriso, li ho spiati a lungo tra uno sguardo e un sorso di birra. Non ho detto tutto quello che pensavo perché non sempre serve dire tanto. A volte basta anche solo sorridere e il peso diventa un po' più leggero. A volte basta solo ascoltare, condividere, abbracciare.

C'è stato un periodo in cui io stavo male perché continuavo a stare male. Mi sentivo in colpa perché quel dolore si era fatto tanto, troppo. Il dolore per me aveva una data di scadenza: «Come è iniziato, deve finire». Il prima possibile. Quello che c'è prima, quello che c'è dentro, non poteva essere considerato. Non mi sarei sognata di parlare con un'amica per paura di annoiarla

N

ON POTERE DIVENTARE MADRE SCATENA INVIDIE E SENSI DI COLPA

e non avrei mai voluto vedere trasformare in noia il mio dolore. C'è voluto tempo per iniziare a sorridere. Per alleggerirmi. Tempo per sorridere a una coppia di amici in difficoltà e consolarli. **Certo è strano che proprio io abbia voluto confortare un'amica perché ha abortito. Ma ho voluto condividere, alleggerire anche il suo peso. Perché c'è sempre una via d'uscita.** Certo si deve fare strada, non si arriva subito. Ma alla fine si arriva. Ecco, questo è quello che non le ho detto, che non ho detto a nessuno dei due. Ma dopo un giorno mi ha mandato una email e mi ha ringraziato per la "serenità" con cui le sono stata accanto. Già, la mia serenità. In passato ho divorato la mia testa per mesi chiedendomi perché stessi male. Perché? Avevo la soluzione a portata di mano. Insomma mi hanno prospettato subito il percorso dell'eterologa e allora perché continuare a stare male?

«Credo che il problema che sta alla base del disagio sia una sensazione d'inadeguatezza. Viviamo in una società che ci spinge a essere perfetti: belli, sani e felici», spiega Laura Bongiorno, psicoterapeuta, nel direttivo regionale siciliano della Società italiana di Psiconeuroendocrinoimmunologia. «Ci sentiamo invincibili e ci arrabbiamo se qualcosa va storto nei nostri programmi di vita. Come se qualcuno ci avesse garantito che tutto sarebbe andato bene. Qualunque evento intralcia i nostri piani è vissuto come un'ingiustizia. Non sappiamo fare i conti con i limiti o pensiamo di non averne. **Spesso un'infertilità è l'occasione per toccare con mano i nostri limiti. Se non ho successo nella vita, posso anche nascondere ma non posso celare un'infertilità, proprio come non posso nascondere una gravidanza.** Oltre che con le aspettative della società, della famiglia e del partner bisogna poi fare i conti con le aspettative verso noi stessi, e questa di solito è la parte più difficile, perché più dolorosa. **Possiamo amarci anche così? Quali sono i nostri pregiudizi e le nostre convinzioni più intime sull'infertilità? Come modifica l'infertilità il mio sentirmi donna?** Forse il primo passo è iniziare a diventare consapevoli di quello che pensiamo davvero su questo tema. Poi bisognerà fare i conti con le emozioni legate a questa condizione, imparare a conoscerle senza giudicarle, ad accettarle e gestirle. C'è

sempre molto dolore, ovviamente, ma spesso il dolore può essere coperto dalla rabbia o dalla vergogna». **Sì, io ero arrabbiata e mi vergognavo. Invidiavo le amiche che avrebbero "dato" un figlio al proprio marito. C'è voluto tempo prima che mi riappropriassi di un dolore autentico.** Fatto solo del mio desiderio. C'è voluto tempo prima che mi riappropriassi del mio corpo e della mia ragione. Del mio sorriso consapevole che oggi non nasce solo dalla possibilità di avere un figlio attraverso una Procreazione medicalmente assistita, ma è frutto della scoperta che ho fatto di me. La mia infertilità è stato un fatto, ma io ho lavorato per liberarmi dalle aspettative sociali e ho cercato solo me stessa. Così mi sono salvata. Ho salvato la donna che sono. E quella che sono diventata. Ho anche scelto di intraprendere un'eterologa, ma non è questo che fa di me la persona che oggi conosco. Penso piuttosto che proprio quello che sono diventata potrà determinare la madre che sarò.

«Una situazione d'infertilità coinvolge la coppia e non solo la persona che scopre di non essere fertile», continua Bongiorno. «Spesso le donne, ma può accadere anche agli uomini, si sentono in colpa per questa condizione, come se privassero l'altro della possibilità di diventare genitore. Questo può accompagnarsi alla paura di perdere il partner o di essere giudicati dalla persona che amano. Ho seguito molte coppie entrate in crisi dopo aver scoperto di non poter avere figli. Anche qui, credo che **il problema principale stia nell'incapacità di condividere con il partner il dolore, la vergogna e la paura.** A volte una mancanza di fiducia che l'altro possa amarci così come siamo. Molte donne credono che il loro compagno non riesca a comprendere quello che provano. Oppure si sentono in colpa per la possibilità che gli "hanno tolto", allontanandosi dalla relazione senza quasi accorgersene, per poi arrabbiarsi quando anche il partner si allontana».

Credo sia un problema comune. Ma quant'è comune prendersi del tempo per stare male? Il dolore, che sia per un'infertilità, per un aborto, per un lutto, per qualsiasi altro problema, non ha una data di scadenza. E non è una bomba a orologeria fatta di vergogna e pregiudizio. Piuttosto bisogna essere sinceri con la propria pancia, anche perché credo sia possibile prendere un po' in giro la testa, distrarla un po', ma non la pancia. Alla pancia non la si fa. Riappropriarsi della propria coscienza, allontanarla dalle aspettative sociali, è essenziale. ■

8ª PUNTATA - CONTINUA