



## I GEMELLI: ATTESA E CRESCITA

### ASPETTARE DUE GEMELLI

Se la nascita è da sola un evento speciale, la nascita di due gemelli lo è ancora di più. Oggi è molto frequente imbattersi in coppie di gemelli, non soltanto perché aumentata l'età media della donna che cerca un figlio, ma anche perché si ricorre molto frequentemente alle cure contro la sterilità, attraverso stimolazioni ormonali che possono portare alla fecondazione di due ovociti.

La donna che libera due ovociti e vengono entrambi fecondati da due spermatozoi andrà incontro ad una gravidanza gemellare di gemelli definiti *dizigoti*; questi avranno una placenta individuale e saranno fisicamente diversi (come due fratelli "normali"). La donna che libera un solo ovocita, che viene fecondato da un singolo spermatozoo andrà invece incontro ad una gravidanza di gemelli fisicamente identici, *monozigoti*.

Per alcune mamme scoprire di aspettare due gemelli è, oltre ad una bella sorpresa, un vero shock: dubbi e paure fanno capolino giorno dopo giorno con maggior frequenza. Portare avanti una gravidanza può essere stancante per il corpo materno, ed esserlo molto di più quando i bambini sono due. Il corpo subisce un aumento dei sintomi della gravidanza rispetto ad una donna che aspetta solamente un bambino: la stanchezza è maggiore, l'aumento di peso e il volume della pancia pure. Assieme ai cambiamenti del corpo la donna può avere anche paura per il futuro, con dubbi sul tipo di mamma che riuscirà ad essere e sulla nuova organizzazione della sua vita e di quella del suo compagno.

E' normale avere paura, ce l'hanno anche le mamme che aspettano un figlio solo, ma una gravidanza gemellare è maggiormente a rischio di parto anticipato ed è proprio questo fattore a preoccupare molto le future mamme.

Se i gemelli nascono prima del termine, la donna deve essere supportata e aiutata a superare il distacco repentino dai propri figli, e soprattutto deve accettare le cure mediche che verranno messe in atto in presenza di bambini prematuri. Dovrà inoltre acconsentire assolutamente ad un aiuto concreto nelle mansioni di tutti i giorni.

E' indubbio che il corpo e la psiche di una donna incinta di due gemelli sia maggiormente provato, ma la nascita di due bambini ripagherà la fatica dell'attesa rendendo la famiglia ricca di amore e felicità. Sicuramente le difficoltà saranno maggiori, la stanchezza raddoppiata, ma i bambini cresceranno insieme e si faranno compagnia per tutta la vita, e questo non può che rendere felice una mamma che vuole solo il bene per i propri figli.

### CRESCERE DUE GEMELLI

Il legame tra due fratelli gemelli, che siano questi dello stesso sesso o meno, sarà per tutta la vita un legame speciale, molto forte, che i genitori dovranno assolutamente rispettare.

Essere gemelli significa sviluppare un rapporto che ha inizio prima ancora della venuta alla luce, in quanto i due bambini condividono uno spazio unico e intimo nella pancia della mamma, lottando da subito per nutrirsi e per trovare la posizione più comoda.

Solitamente, alla nascita, i due neonati vengono separati, per comodità, in due lettini, in modo che uno non disturbi l'altro. Nel caso in cui i bimbi siano nati sottopeso, o uno dei due sia più fragile, potrà essere utile però tenerli assieme, in modo che l'uno senta la presenza e il calore dell'altro e che entrambi si abituino prima alla separazione dalla mamma, e solo dopo, alla loro.

I due fratelli andranno infatti separati, nel corso della crescita, per garantire loro uno sviluppo sano d'identità. L'ideale sarebbe non tenerli nella stessa classe a scuola e spronarli affinché scelgano sport e hobbies diversi.

La simpatica abitudine di vestire i gemelli identici con gli stessi abiti, anche se di colori diversi, o di pettinarli nello stesso modo, non favorisce di certo una loro differenziazione: in questo modo si crea

confusione anche nelle persone che li incontrano per strada perché diventa difficile distinguerli ed è necessario chiedere sempre ad ognuno di loro di presentarsi.

Un altro errore comune tra i genitori di gemelli, anche se fatto in estrema buona fede, è l'eccessiva attenzione a non fare differenze: ogni genitore deve riconoscere l'inattuabilità di tale proposito, poiché è impossibile nascondere un'eventuale affinità con uno piuttosto che con l'altro figlio.

Il genitore deve invece alimentare un rapporto a due con ogni figlio, riservando del tempo da trascorrere con ognuno, per condividere una passione comune, senza uniformare i propri atteggiamenti o sforzandosi di mantenere lo stesso tipo di complicità con entrambi.

I genitori dovranno inoltre sforzarsi di non fare paragoni o confronti che svalutino un figlio di fronte all'altro, ma cercare di valorizzare sempre le risorse di ognuno di loro, sottolineandone l'unicità, e sopportando anche i probabili, frequenti bisticci che ci saranno tra i due.