Vigna Silvia

Coscienza e conoscenza del perineo: un percorso dall'infanzia alla menopausa per la promozione del benessere femminile.

Abstract

La promozione e il sostegno del benessere perineale è uno degli snodi principali nella promozione della salute globale femminile.
Promuovere la salute perineale significa favorire nelle donne, nelle madri, nelle ragazze, nelle bambine, in tutte le fasi della vita, lo sviluppo di una conoscenza e consapevolezza del proprio perineo.

La vita della donna è scandita da cicli di natura sessuale, percepibili come sensazioni fisiche anche a livello del perineo e la qualità che accompagna le esperienze della prima mestruazione, della masturbazione, dei primi rapporti sessuali e di quelli attuali, influenza e determina la sua vita fisica e psichica.

Infanzia, pubertà, maternità e menopausa costituiscono fasi di mutamento biologico di fondamentale importanza nei processi psicofisici e sociali della donna; si è provato ad addentrarsi in ciascuna fase per delinearne le tappe principali in cui l'ostetrica può inserirsi per promuovere la salute perineale.

L'elaborato si propone di approfondire le conoscenze sul perineo e promuovere un approccio alla donna centrato sul sostegno della fisiologia e l'espressione delle proprie competenze e risorse; di evidenziare l'importanza della salute perineale nel ciclo di vita femminile tracciando un percorso in tappe di approfondimento culturale e clinico-scientifico orientato alla prevenzione e alla promozione del benessere globale.

Infanzia … tutte le strutture mentali che si costituiscono nella neonata originano dall'elaborazione delle sue giunzioni corporee … Nella dimensione corporea della neonata, attraverso quella materna, che si giocano i primi tasselli del benessere femminile.

Pubertà … Il menarca ridefinisce l'immagine di uno spazio genitale interno come elemento organizzatore dell'identità femminile, in quanto costringe ad una presa di coscienza degli organi fino ad allora conosciuti parzialmente o dimenticati … Con il primo rapporto sessuale il perineo fa la sua prima esperienza di accoglimento fisico del partner.

Maternità … Durante il parto il perineo ha la stessa funzione che nel preorgasmo e nell'orgasmo: si contrae con contrazioni ritmiche involontarie … Un perineo integro significa movimento, libertà, forza e relazione.

Menopausa … La menopausa è la fase della vita che risente della promozione della salute perineale di tutte le precedenti tappe … Può essere un momento di riscoperta di un nuovo e più maturo benessere.

Ne emerge che vi sono alcune tappe dello sviluppo femminile in cui il *gap* nella letteratura scientifica riguardo la salute perineale è ancora notevole e che gli ambiti più indagati sono quelli della patologia e della riabilitazione, mentre ancora scarsa è l'attenzione rivolta alla fisiologia e alla promozione di salute.

All'interno del percorso di *perineal care*, il ruolo dell'ostetrica dovrebbe essere quello di potenziare le risorse individuali della donna, facilitando una presa di coscienza attiva, attraverso un intervento globale che comprenda il livello informativo e quello dell'esperienza mediata dal corpo.
Accanto a questi interventi di cura diretti, l'ostetrica può contribuire al benessere perineale della donna durante l'arco della vita in modo indiretto, promuovendo modelli assistenziali basati sulla medicina delle prove di efficacia e sull'empowerment.