

Cosa è cambiato negli ultimi anni?

Non c'è dubbio che oggi, nei Paesi occidentali, i bambini raggiungano il controllo dell'intestino e della vescica molto più tardi rispetto alle generazioni passate.

Negli anni Cinquanta-Sessanta quasi tutti i bambini di 3 anni (il 97%) erano in grado di rimanere puliti di giorno; questa percentuale è scesa, attualmente, al 40-60%. Negli anni Cinquanta l'età media dei bambini che si dimostravano in grado di non sporcarsi di giorno era di 18 mesi. Oggi, invece, per restare asciutti di giorno i bambini devono arrivare in media a 33,7 mesi, con un significativo ritardo nei maschi (35 mesi) rispetto alle femmine (32,5 mesi).

Questi sono i valori medi, ma è frequente vedere bambini di 3 anni, o anche di 4 anni e oltre, aggirarsi portandosi tranquillamente dietro i loro enormi pannolini carichi di cacca e pipì (vedi la [tabella](#) nella pagina a fianco). Nel frattempo, in quei bambini che hanno iniziato il loro percorso di toilet training dopo i 24 mesi, e ancor di più dopo i 30, si è verificato negli ultimi decenni un

drammatico aumento di tutta una serie di disturbi della sfera intestinale e vescicale, come la costipazione, le disfunzioni vescicali e le infezioni delle basse vie urinarie; per non parlare della catastrofe ambientale rappresentata dal consumo di montagne di pannolini usa e getta.

Dal momento che sembra poco ragionevole pensare che negli ultimi cinquant'anni lo sviluppo delle competenze dei bambini abbia subito un rallentamento, si deve per forza concludere che la causa risieda in un drastico cambiamento nell'atteggiamento da parte dei genitori.

Educare al vasino: l'approccio centrato sul bambino

Il momento in cui ha preso il via questo nuovo corso, con tutte le sue conseguenze, va individuato negli anni Sessanta, quando famosi pediatri come Brazelton e Benjamin Spock lanciarono una nuova filosofia, quella del metodo "centrato sul bambino".

In base a questo nuovo approccio, sarebbe il bambino stesso, non il genitore, a decidere quando abbandonare il pannolino e quando cominciare a usare il vasino o il water.

Competenza	Femmine età media in mesi	Maschi età media in mesi
Controllo notturno delle feci	22,1	24,7
Movimenti intestinali regolari	24,9	26,2
Resta asciutto/a per più di due ore	26	28,9
Si lava le mani da solo/a	24,9	31,7
Resta asciutto/a durante il giorno	32,5	35
Resta asciutto/a durante la notte	34,1	35,8

↑ **Abilità necessarie per l'educazione al vasino.** Sequenza di acquisizione media, espressa in mesi, delle varie abilità necessarie per il toilet training nelle femmine e nei maschi. (Timothy R. Shum et al., "Sequential Acquisition of Toilet Training Skills: A Descriptive Study on Gender and Age Differences in Normal Children", *Pediatrics*, 109, 3, 2002)



Ai genitori spetta un ruolo del tutto passivo: devono soltanto aspettare che il bambino sia pronto, ovvero che dimostri di aver raggiunto una completa autonomia attraverso l'acquisizione di alcune competenze fisiche e di alcuni comportamenti.

Bisogna dire che quando Brazelton pubblicò il suo *A Children-Oriented Approach to Toilet Training* ("Un approccio al toilet training orientato sul bambino") il panorama educativo era ormai dominato dalle teorie freudiane, che associavano, pur senza alcun riscontro scientifico, l'educazione precoce al vasino a tutta una serie di danni nella sfera psicologica e comportamentale del bambino e, quindi, del futuro adulto. Naturalmente Freud si riferiva a quei metodi improntati alla rigidità, alla costrizione e alla punizione, che andavano per la maggiore nella prima metà del secolo scorso.

Il suggerimento di Brazelton ai genitori, che è quello ancora oggi raccomandato dalle organizzazioni scientifiche, è quindi di "lasciar fare", di aspettare che il bambino manifesti alcuni segnali indicativi del suo essere pronto. Iniziare presto, invece, comporterebbe un

sicuro insuccesso che si ripercuoterebbe negativamente sull'autostima del bambino e dei suoi genitori, nonché sulla qualità della loro reciproca relazione.

Nessun problema, perciò, se il piccolo non ha ancora raggiunto il controllo degli sfinteri a 3 anni o anche oltre, anche perché – sostiene Brazelton – è inutile provare finché non è stato raggiunto un certo grado di maturità fisica, consistente nella "mielinizzazione degli sfinteri", vale a dire quel processo di maturazione delle fibre nervose che le porta a essere ricoperte da una particolare guaina (detta mielinica), necessaria per la trasmissione veloce degli impulsi nervosi. E poi, del resto, tutti finiscono per imparare, prima o poi: avete mai visto un adulto che ancora non controlla gli sfinteri? Insomma, non muoviamo un dito e lasciamo fare al bambino: finirà per imparare da solo.

Quando Brazelton promuove il suo approccio centrato sul bambino corre l'anno 1962, il primo pannolino è già stato inventato e con esso l'industria va a soddisfare i nuovi e crescenti bisogni creati dal boom economico, dall'esplosione

della natalità e dall'affacciarsi nella Storia dell'emancipazione e del lavoro femminile: il mondo sta cambiando e le donne non possono più permettersi di passare le loro giornate a far bollire e asciugare decine di triangoli di stoffa.

Difficile decidere a chi attribuire l'invenzione del pannolino, se si sia trattato di un'intuizione di un produttore di carta svedese, di un'illuminazione improvvisa di una casalinga o del colpo di genio di un ingegnere chimico: del resto, come spesso accade nelle invenzioni, il merito della scoperta non appartiene a un'unica figura.

Ciò che sappiamo è che, già dai primi anni del Novecento, nei Paesi occidentali si era affermato l'uso di quello che si può considerare il precursore del pannolino odierno: il ciripà, un pezzo di stoffa quadrato o rettangolare da piegare, adattare al bambino e chiudere fissandolo con delle spille da balia. Alla fine degli anni Quaranta una casalinga statunitense, Marion Donovan, realizzò una copertura impermeabile per il pannolino in stoffa e inventò e brevettò i bottoncini a pressione che sostituirono le pericolose spille da balia. A

un ingegnere americano, Victor Mills, che lavorava per la Procter & Gamble, si deve invece l'invenzione del primo vero pannolino usa e getta. Fu lui, infatti, ad avere l'idea di utilizzare la polpa di cellulosa per renderlo assorbente. Il primo pannolino usa e getta fu lanciato sul mercato nel 1961, dando il via allo straordinario successo dei Pampers.

Grazie al boom economico e demografico, da prodotto di nicchia e di lusso, come poteva essere considerato all'inizio, il pannolino divenne oggetto di consumo di massa; nel corso degli anni andò poi incontro a una continua e rapida evoluzione sia nella qualità dei tessuti sia nel comfort garantito, oltre che nella convenienza dei prezzi di vendita.

Alcuni hanno fatto notare come l'avvento del nuovo metodo di spannolinamento (o meglio, di prolungamento illimitato dell'uso del pannolino) abbia coinciso con il definitivo affermarsi dei valori della società consumistica, che provvede a fornire ai consumatori prodotti, pratici e finiti, di facile approvvigionamento, in sostituzione del saper fare.

Questo riguarda ormai qualunque competenza, dalla preparazione dei cibi, al saper cucire, fino alla capacità di riparare qualcosa di rotto (piuttosto che gettarlo via e comprare un prodotto nuovo) e, a maggior ragione, ha coinvolto l'educazione al toilet training. Non bisogna dimenticare che negli anni successivi Brazelton (che nell'opinione di chi scrive ha dato il meglio di sé in altri ambiti) sarebbe stato messo a libro paga proprio dalla Procter & Gamble, la multinazionale produttrice dei Pampers, come responsabile scientifico e portavoce: un conflitto d'interessi non trascurabile per chi, come lui, nel 1999 avrebbe fatto addirittura da testimonial televisivo al lancio del pannolino più grande mai comparso sulla faccia della Terra, il Pampers taglia 6, destinato a bambini di peso compreso tra i 15 e i 30 chilogrammi.

A chi lo accusava rispose, con grande candore: «Non sto facendo questo perché i bambini tengano più a lungo il pannolino. Anzi, è esattamente l'opposto. Pampers desidera far sì, assieme a me, che per le mamme sia sempre più facile indirizzare i bambini verso

l'educazione al vasino, una volta pronti».

Ma cosa significa "pronti"? L'elenco delle competenze che, secondo i fautori del metodo, un bambino dovrebbe possedere è piuttosto discutibile e stabilito in modo alquanto arbitrario: appartiene insomma al campo delle opinioni e non a quello delle evidenze scientifiche. Alcuni livelli di autonomia richiesti, come ad esempio restare asciutti per più di due ore, spesso non sono stati raggiunti stabilmente neppure dai bambini che hanno già completato il processo di toilet training, nei quali i tempi di svuotamento della vescica possono essere ancora molto variabili.

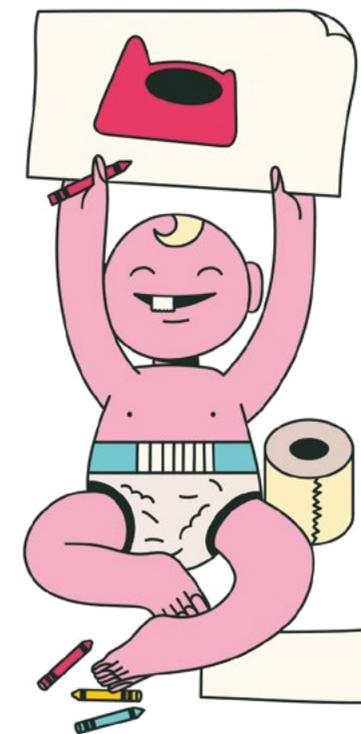
Tuttavia è stato dimostrato che i bambini sono capaci di trattenere e rilasciare anche a un'età in cui la maturazione fisica, la famosa mielinizzazione, non è ancora completa. Si tratta infatti di un processo graduale e progressivo; questo significa che il controllo degli sfinteri non è una capacità che si sviluppa tutta insieme in un momento preciso: un certo grado di controllo, sia pure non ancora perfetto, è possibile anche precocemente, già nel lattante.

Possiamo affermare che oggi l'educazione al vasino non esiste più e che i genitori hanno rinunciato quasi del tutto a svolgere un ruolo attivo in questo processo. Sono diventati semplicemente degli osservatori, che passivamente attendono che il bambino sia pronto. Spesso però non sono in grado di interpretarne i segnali – cioè non sanno come fare a capire quando il piccolo è realmente pronto – e ciò rappresenta un ulteriore problema.

Ad esempio, i genitori tendono a dare molta importanza ai segnali verbali (saper dire "cacca" o "pipì"), aspettandone perciò la comparsa, quando magari il bambino ha già manifestato di essere pronto con segnali non verbali – espressioni del viso, sguardi o movimenti del corpo... – che però sono passati inosservati: il genitore non ha saputo riconoscerli, non possedendo le conoscenze e le competenze necessarie.

La maggior parte dei genitori ignora l'esistenza di una "finestra di opportunità", vale a dire di un intervallo consigliato, che molti indi-

cano tra i 18 e i 24 mesi, superato il quale compaiono e progressivamente aumentano i problemi comportamentali, la difficoltà ad abbandonare il pannolino e gli atteggiamenti di rifiuto. Alcuni studi dimostrano che nei bambini educati al vasino entro l'anno le problematiche di rifiuto riguardano solo il 12%, mentre si arriva al 60% una volta superati i 3 anni.



Tra l'altro, procrastinando il percorso educativo, si finisce per cadere proprio nel pieno dei famosi *terrible twos* (i "terribili 2 anni"), momento critico che tutti i genitori sperimentano e durante il quale il bambino afferma la propria individualità e quindi può essere portato a utilizzare la dinamica del trattenerne/rilasciare come mezzo di sfida nei confronti della volontà dei genitori. Secondo alcuni studiosi, iniziando il percorso prima di questo intervallo non si otterrebbe un grande anticipo circa l'età di completa autonomia, ma si avrebbero comunque innegabili benefici in termini di igiene, rispetto dell'ambiente e qualità della comunicazione tra bambino e famiglia, così come confermano i metodi cosiddetti "assistiti", quali l'Elimination Communication, che propone, come vedremo, un'autonomia precoce, rifiutando l'idea che il neonato e il lattante siano soggetti passivi. La tendenza a ritardare o meno l'educazione al vasino, inoltre, sembra essere in rapporto ad alcune caratteristiche della figura materna. Ad esempio, le madri con un lavoro full-time – che spesso coincidono con quelle con un più alto livello

d'istruzione – sono più portate a ritardare l'uso del vasino rispetto alle madri che lavorano part-time. Le madri con un livello socio-economico più basso, invece, tendono più facilmente ad anticiparlo, mentre tra quelle che abbracciano il metodo dell'Elimination Communication è prevalente un livello culturale elevato. Infine, relativamente all'età materna alla nascita, sembra che le madri che partoriscono più avanti negli anni siano portate a iniziare il percorso di spannolinamento più precocemente. Concludendo, è tempo che i genitori abbandonino questo atteggiamento di passività e riprendano in mano il loro ruolo di "facilitatori" dei bambini nei confronti di una tappa di sviluppo così importante come quella del controllo degli sfinteri. Nel fare questo è necessario però che, oltre a essere supportati nelle emozioni e nelle motivazioni, siano indirizzati e sostenuti da consigli efficaci che migliorino le loro competenze. Prima di andare avanti in questo percorso sarà bene dotarci di alcuni strumenti che ci aiutino a capire meglio. Cerchiamo allora di farci un'idea di come funziona il con-

trollo degli sfinteri nei bambini e di come certi particolari colori della cacca e della pipì possano essere segnali di un cattivo funzionamento o di malattia.

Cominciamo dall'inizio: che cos'è la cacca e come fa a venire fuori

Dai genitori è spesso attesa, bramata o temuta, vissuta con ansia, accolta con sollievo, osservata, analizzata, studiata, dibattuta, descritta e sempre più fotografata con lo smartphone.

Nel bambino la cacca può essere merce di scambio: "regalata" o trattenuta, esibita o nascosta, prodotta con orgoglio o vista con spavento come materia estranea e intrusa. Crescendo si trasforma in oggetto di inevitabile ribrezzo e, in quanto argomento tabù, talvolta diventa oggetto di sotterranea attrazione quando non è tema di scherzo o di scherno. Da adulti è, per alcuni, routine inavvertita, per altri fonte di disagio e cruccio quotidiano.

Gli esseri umani l'hanno da sempre considerata un'imbarazzante e maleodorante produzione da nascondere e tenere il più possibile

lontana, scaricandola nei fiumi e nei mari, ma quanti sanno – come ci ripete la scienza – che andrebbe vista come un bene prezioso?

«Dai diamanti non nasce niente, dal letame nascono i fior», cantava Fabrizio De André nei lontanissimi anni Sessanta. Non è soltanto una bella e poetica metafora: oggi sappiamo che trasformando i rifiuti organici e il letame in biogas, un combustibile straordinario, si potrebbero ridurre di molto le emissioni umane di gas serra.

Ma che cos'è davvero la cacca? È in effetti un prodotto di scarto, costituito per tre quarti da acqua e per il resto da parti solide, quali muco, cellule desquamate della parete intestinale, batteri, fibre non assorbibili, minerali come il calcio e fosfati. Si forma a partire dal "chimo", che è quella massa semiliquida che si raccoglie nello stomaco per azione dei succhi gastrici sui cibi ingeriti. Le feci si producono poi nell'intestino e prendono la consistenza più o meno solida proprio a causa del riassorbimento dell'acqua e degli elettroliti dal chimo. Per capire come faccia la cacca a venir fuori si deve sapere che nella defecazione, così come nella minzione,