

Sistema Socio Sanitario



Regione
Lombardia

ASST Nord Milano

Corsi di Accompagnamento alla Nascita



Sono destinati alle donne in gravidanza a partire dalla 24/28 settimana di gestazione.

Gli incontri, che su temi specifici possono coinvolgere anche medici specialisti, sono condotti da ostetriche e infermiere, con la eventuale presenza di uno psicologo, che ha la funzione principale di favorire l'aspetto esperienziale del corso attraverso la promozione della comunicazione, della condivisione di emozioni e della capacità di ascolto della madre verso se stessa.

Gli incontri di accompagnamento alla nascita mirano al raggiungimento degli obiettivi prestabiliti, anche favorendo la partecipazione attiva di entrambi i futuri genitori.

Prevedono una parte teorica e una dedicata ad esercizi corporei e all'apprendimento di tecniche di rilassamento

Le coppie che si accingono ad avere un figlio vivono molte emozioni e spesso sono pervase da dubbi e incertezze; hanno bisogno di persone in cui riporre la propria fiducia, di momenti in cui confrontarsi sia con chi sta vivendo la stessa esperienza, sia con chi è in grado di fornire elementi di realtà e informazioni che abbiano un solido fondamento scientifico.



L'essere madre e l'essere padre richiede una trasformazione graduale della coppia; i ruoli sociali e individuali di entrambi i futuri genitori si ampliano, anche in relazione alla necessità di entrambi di sviluppare nuove competenze utili a individuare e sostenere le nuove esigenze che la gravidanza prima, il neonato poi e infine il nuovo nucleo familiare richiedono.

I corsi di accompagnamento alla nascita intendono promuovere anche questo sviluppo delle capacità individuali e relazionali dei neo genitori al fine di favorire la costruzione di un'identità personale e sociale stabile ed equilibrata.

I contenuti dei corsi di accompagnamento alla nascita possono variare tra loro, ma tutti trattano i seguenti temi:



Gravidanza: elementi di fisiologia della gravidanza, indicazioni essenziali sull'alimentazione e stili di vita sani in gravidanza. Cambiamenti psicofisici, risposte a quesiti ed ai dubbi, condivisione di emozioni e pensieri.



Diventare genitori: Nell'incontro sono affrontati i temi della nascita e dell'istaurarsi delle prime relazioni con il neonato. Particolare ascolto si dà ai desideri ed alle fantasie relative al nascituro che debbono necessariamente confrontarsi con la realtà del bambino, con i suoi bisogni reali e con le trasformazioni in seno alla famiglia.

Vengono affrontati temi relativi alla trasformazione della relazione di coppia, come questa si evolva e si modifichi con l'arrivo del nascituro e la costituzione della nuova famiglia.



Travaglio e parto: riconoscere gli elementi salienti del travaglio, e del parto, la gestione del dolore, saper utilizzare le posizioni essenziali utili ad affrontare il momento del parto.

Far comprendere alla donna/coppia i segnali delle diverse fasi del travaglio e del parto fin dalle prime fasi della dilatazione.

Far conoscere l'importanza della presenza del partner o di una persona di riferimento, se la donna lo desidera.

L'incontro è finalizzato, ad aumentare nelle donne la consapevolezza delle proprie competenze, pertanto il focus è posto nell'esecuzione di esercizi di respirazione profonda e rilassamento.

Con la futura mamma in particolare sono utilizzate le esperienze corporee indirizzate alla gestione del dolore, attraverso la scoperta delle modalità di attivazione delle risorse endogene e l'illustrazione delle tecniche di analgesia.

E' prevista la visita del Reparto di ostetricia, sala parto e neonatologia dell'ospedale "Città di Sesto San Giovanni".



Il post partum e il puerperio: sono affrontati i cambiamenti del corpo nel periodo puerperale, le trasformazioni emotive e relazionali specifiche del puerperio. L'inizio della relazione con il neonato, alla nascita e nei primi giorni di vita, la partecipazione paterna all'accudimento, la necessità di considerarsi all'interno di relazioni di aiuto e protettive con una nuova possibilità di farsi sostenere.

Viene anche affrontato il tema della vita di relazione con il partner e la contraccezione, della donazione di cellule staminali da cordone ombelicale, le cure del cordone ombelicale, la prevenzione della morte improvvisa del lattante (SIDS).



L'allattamento: far acquisire informazioni essenziali utili per l'allattamento al seno e i suoi benefici sia per il neonato che per la madre secondo le indicazioni OMS/UNICEF. L'importanza della vicinanza madre / bambino nello sviluppo dell'attaccamento.



Il rientro a casa: L'importanza di un ambiente accogliente, ed il sostegno del partner, il rispetto dei tempi di interazione mamma bambino e sul riposo .

Riflessioni condivise sui cambiamenti che il nuovo ruolo genitoriale comporta a livello di identità personale e delle dinamiche di coppia.

E' dato rilievo alla presa di contatto con consapevolezza e risorse interne nuove, utili a potenziare il senso di competenza, ma anche utili a percepire i propri limiti ed a supportare la capacità di chiedere aiuto nel bisogno.



Il neonato: Far acquisire elementi utili per la gestione del neonato. La scoperta degli stati comportamentali del neonato, il pianto come mezzo di comunicazione e le prime cure neonatali. Il ruolo dei papà e dei familiari nella relazione con il nuovo arrivato.

La prevenzione degli incidenti domestici e il trasporto sicuro del neonato in auto. La cura del neonato nei primi giorni di vita. Le vaccinazioni e le modalità di iscrizione con il Pediatra di Famiglia.



Dopo il parto: un incontro conclusivo: a circa 40 gg dalla nascita dei neonati per affrontare, valutare e sostenere il ritorno alla quotidianità con il nuovo componente della famiglia

SEDE DEI CORSI:

SESTO SAN GIOVANNI

Ospedale Città di Sesto San Giovanni - via Matteotti 83 – tel 02.5799.9604 referente corsi: Grazia Trunfio

Consultorio Familiare Integrato Distretto

via Gramsci 32 – tel. 02.8578.9530 riferimento G Boi

- via Marx 195 – tel 02.8578.4060 riferimento C Barile

COLOGNO MONZESE

via Boccaccio 12 – tel 02.8578.4550 referente E. Svampa

CORMANO (CFI D7)

- Via D'Annunzio 7 – tel. 02.8578.6020 referente corsi L Rovelli

CINISELLO BALSAMO

via Terenghi 2 – tel. 02.8578.3378 referente corsi F. Achilli

A cura di Direzione Socio Sanitaria e Responsabili C.F.I.