

Prepararsi al parto in sette passi, un video di ASST Sette Laghi per prepararsi al grande giorno

Pubblicato: Venerdì 8 Marzo 2024



Si intitola **“Sette passi verso il parto”** ed è la declinazione varesina di un progetto, il Labour Hopscotch, inventato nel 2015 dall’ostetrica Sinead Thompson per il National Maternity Hospital di Dublino.

Ispirandosi a questo strumento, **la Dott.ssa Donatella Lissoni, ginecologa in forze alla Ginecologia e Ostetricia di ASST Sette Laghi**, diretta dal Prof. Fabio Ghezzi, che ha prestato servizio proprio a Dublino, dove ha conosciuto l’iniziativa, ha pensato che avrebbe potuto essere uno strumento molto utile anche per le mamme di Varese e dintorni, trovando condivisione da parte del Prof. Ghezzi e disponibilità da parte delle ostetriche.

“Una domanda che viene spesso posta alle neo mamme, soprattutto da altre future mamme un po’ ansiose, è: “come è stato il parto?”. Tra le tante possibili risposte ce n’è una che potrebbe sorprendere ed è: “bello!” – spiega la Dott.ssa Lissoni, entrando nel merito della finalità del progetto – Siamo abituati ad una narrativa in cui il parto è un’esperienza dolorosa e paurosa, qualcosa che “per fortuna, si dimentica”. Ma esistono tecniche e strumenti per affrontare il parto in modo sereno, accogliendo l’esperienza in modo da trasformarla in un ricordo meraviglioso”.

“Vi sono ampie evidenze – continua – che un parto fisiologico, supportato dalle innate capacità del corpo, ha un impatto grandemente positivo per la donna e il suo bambino e riduce i rischi potenziali di

interventi medici come l'epidurale e i tagli cesarei. Nonostante ciò, il numero di parti fisiologici continua a diminuire in tutto il mondo. Segno che c'è una carenza di strumenti che supportino la donna durante il travaglio. L'esperienza irlandese in questo è stata molto positiva, ed è per questo che le nostre ostetriche hanno deciso e voluto fortemente riprendere ed adattare alla nostra realtà questo strumento”.

Sette passi verso il parto offre alle donne e a chi le sostiene durante il travaglio una serie di passi della durata di 20 minuti ciascuno per offrire loro supporto in un travaglio fisiologico, basato sulle capacità innate della donna e del suo bambino senza interventi medici quali epidurale o taglio cesareo.

Le ostetriche Giusi Vita, Coordinatrice della Sala Parto dell'Ospedale Del Ponte, ed Elena Donadini, una delle ostetriche del gruppo di lavoro, entrano nel dettaglio del progetto: “Sette Passi è uno schema grafico che propone una serie di attività, denominate passi, che ogni donna può intraprendere per rimanere attiva durante il travaglio. Queste attività sono semplici, non richiedono strumenti complessi e possono essere intrapresi a casa, quando magari sono ancora in grado di muoversi facilmente. Man mano che il travaglio progredisce, ci si avvicina alle piccole impronte del bimbo, e questa è un'immagine motivazionale per aiutare le mamme a visualizzare il traguardo e a rimanere concentrate durante il travaglio”.

È importante che i Sette Passi verso il parto sia presentato alle donne già durante la gravidanza, a partire dalla fine del secondo trimestre, in modo che possano conoscere e familiarizzare con questo strumento per arrivare preparate al momento del parto.

L'utilizzo dei Sette Passi verso il parto favorisce il posizionamento fetale ottimale, cioè il fatto che ogni bimbo assuma in utero la posizione più favorevole per essere partorito.

“I nostri punti nascita sono scelti ogni anno da migliaia di donne per la qualità delle cure che offrono – conclude il Prof. Fabio Ghezzi, Direttore dell'Ostetricia e Ginecologia di ASST Sette Laghi e Docente all'Università dell'Insubria – A contribuire a questa qualità non è solo l'elevato livello professionale e tecnologico, ma anche l'attenzione costante ad ogni aspetto che porta la donna e la famiglia ad affrontare il momento più bello con la giusta preparazione e serenità. Questo strumento promuove non solo il parto fisiologico, ma anche buona esperienza del travaglio e del parto, cosa che ha un impatto grandemente positivo per la donna e il suo bambino e la sua famiglia”.

Redazione VareseNews
redazione@varesenews.it