

## PROGRAMMA DEGLI INCONTRI

### **PRIMO INCONTRO - TUTTI GLI OPERATORI**

Presentazione del corso, degli operatori e del gruppo gestanti. Accoglienza e ascolto di aspettative, bisogni, domande, vissuti e dubbi.

### **SECONDO INCONTRO - GINECOLOGA E OSTETRICA**

Fisiologia della gravidanza, controlli, stili di vita, alimentazione, vaccinazione. Sessualità in gravidanza, nel post-nascita e contraccezione. Introduzione donazione sangue cordonale. Attività corporea/relaxamento.

### **TERZO INCONTRO - PSICOLOGA E OSTETRICA**

Il cambiamento in gravidanza: accoglimento dei vissuti connessi alla gravidanza (ansie, timori dei cambiamenti, nausea e disturbi somatici, incubi, insonnia, etc.). Il percorso di trasformazione dell'identità nella gravidanza. Attività corporea/respiro diaframmatico profondo.

### **QUARTO INCONTRO - OSTETRICA E PSICOLOGA**

Descrizione delle fasi del travaglio di parto e delle posizioni. Fase espulsiva e tecniche di spinta. Il pensiero del dolore fisico: timori, fantasie e aspettative associate al dolore da parto. Attività corporea/Immaginazione guidata.

### **QUINTO INCONTRO - OSTETRICHE TERRITORIALI**

Allattamento al seno: sostegno e promozione. Segnali di fame, attacco, ingorgo, ragadi, mastite. Spremitura. Vantaggi del contatto pelle a pelle e del rooming in.

### **SESTO INCONTRO - OSTETRICA E PSICOLOGA**

Diventare genitori. Aspetti della relazione: dalla diade alla triade. Il bambino immaginario e reale. Il dopo-parto: diventare genitori, attaccamento e contenimento. Tecniche di rilassamento.

### **SETTIMO INCONTRO - ASSISTENTE SOCIALE E OSTETRICA**

Norme per la tutela della nascita e della maternità. Attività corporea.

### **OTTAVO INCONTRO - OSTETRICA E PSICOLOGA**

Bisogni di assistenza al puerperio. Servizi territoriali dedicati al post-nascita. Il lavoro corporeo nel dopo parto. Il contatto dopo la nascita. Le tematiche conflittuali post-partum.

### **NONO INCONTRO - OSTETRICA, GINECOLOGA E PEDIATRA**

Donazione sangue cordonale. Il primo anno di vita del bambino.

Somministrazione del questionario di gradimento finale.

### **DECIMO INCONTRO - OSTETRICHE OSPEDALIERE/ PEDIATRA DI REPARTO**

Visita Punto Nascita P.O. Termini Imerese. Incontro con il pediatra di reparto.

### **UNDICESIMO INCONTRO - TUTTI GLI OPERATORI**

Esperienza parto e dopo parto: confrontiamoci. "Il mio parto..." Racconto delle storie legate all'esperienza di parto e dei vissuti

Per informazioni e iscrizioni è possibile telefonare o inviare un email ai seguenti recapiti:

Tel. 0917035757  
(lunedì e mercoledì dalle ore 12.00 alle ore 13.00)  
Email  
consfamcefalu@asppalermo.org

Tel. 0917039198  
(da martedì a venerdì, dalle ore 9.00 alle ore 12.00)  
Email  
consfamterminiimerese@asppalermo.org



**Dipartimento della Salute della Famiglia**

**UOC Organizzazione Sanitaria Servizi  
alla Famiglia**

# ***Percorso di accompagnamento alla nascita***

*27 Febbraio 2024*

*07 Maggio 2024*





## PERCORSO DI ACCOMPAGNAMENTO ALLA NASCITA

La **gravidanza** è un periodo di trasformazione che coinvolge il corpo e la mente di una donna e non si conclude con il parto. La maternità, infatti, dà inizio ad una nuova avventura nella vita di ogni donna ed è un momento di profondo cambiamento anche per la coppia e per la famiglia.

I **Consultori Familiari dell'ASP di Palermo** offrono "Percorsi di Accompagnamento alla Nascita" ed "Incontri tematici" destinati a dare a tutti i futuri genitori informazioni sul processo della gravidanza e del parto, sulla gestione del dolore, sulle prime cure, sulla genitorialità, sull'allattamento e sulle norme che tutelano la genitorialità.

Il percorso, inoltre, può trovare la sua naturale prosecuzione nel **supporto all'allattamento** fornito dalle ostetriche consultoriali nel post parto, fruibile gratuitamente da tutte le mamme rivolgendosi al Consultorio più vicino.

I **percorsi** sono rivolti anche ai futuri papà per permettere loro di comprendere meglio quello che accade nel corpo e nella mente della compagna e quello che succederà in sala parto. Anche per l'uomo, infatti, è importante essere partecipe dell'esperienza, consapevole del proprio ruolo di sostegno anche sul piano emotivo e psicologico. Il percorso sarà aperto anche alle nonne e ad altri caregivers.

## COS'È

È un percorso conoscitivo rivolto a future mamme, papà e caregivers che si preparano ad accogliere il loro bambino.

Si svolge attraverso incontri in gruppo nel corso dei quali vengono approfonditi aspetti relativi alla maternità, da un punto di vista medico-psicologico e sociale.

Il corso viene proposto alle donne dal 4° al 6° mese di gravidanza e si articola in 11 incontri.

Gli incontri si svolgeranno a partire dal **27 febbraio 2024** nell'arco di due mesi, con cadenza settimanale presso la **Sala Riunioni del reparto di Ostetricia e Ginecologia** che si trova al **5° piano del PO "Cimino" di Termini Imerese** in Via S. Cimino 2.

## FINALITÀ

- Avviare una riflessione sull'evento "nascita" e sui cambiamenti significativi che avvengono all'interno della famiglia;
- Dare informazioni sul decorso degli ultimi mesi di gravidanza, e sulle modalità fisiologiche del parto, prestando particolare attenzione anche alle dinamiche emotive che caratterizzano questi delicati momenti;
- Fornire alla donna, attraverso l'apprendimento della tecnica respiratoria, una maggiore conoscenza del proprio corpo, promuovendo un ruolo più partecipe e consapevole della stessa durante il parto;
- Creare uno "spazio" in cui potere condividere, con altre donne che stanno vivendo la stessa esperienza, dubbi, ansie, paure ed emozioni, in un clima rassicurante, non giudicante e competente;
- Far conoscere, attraverso la visita nei locali e/o strutture ospedaliere, le modalità di assistenza e di cura fornite alla mamma e al bambino dopo la nascita, nonché dare informazioni sull'allattamento e l'accudimento del neonato.

## OPERATORI

### Ginecologa

Roberta Nuara

### Ostetriche

Mariella Savojarlo

Antonella Cappellano

Rosalba Randazzo

Erica Randazzo

Rita Scordato

### Psicologhe

Anna Squillaci

Gandolfa Cascio

### Assistente Sociale

Stella Caruso

### Assistente Amministrativa

Rosangela Bellia

### Pediatri del Punto Nascita

P.O. "Cimino" di Termini Imerese

