



Sistema Socio Sanitario



Regione  
Lombardia

ASST Lariana

# ***PRIMA E DOPO LA NASCITA***

L'attesa e la nascita di un figlio rappresentano per i genitori una fase evolutiva e di cambiamenti veramente significativa da tutti i punti di vista: fisico, psicologico e relazionale.

In quest'ottica, il Consultorio si pone come punto di riferimento qualificato per accompagnare la coppia di futuri genitori prima, di neo-genitori poi, nell'ambito di un percorso di sostegno, assistenza sanitaria, promozione del benessere e prevenzione del disagio.

## **DESIDERIAMO UN FIGLIO**

Concepire... concepire un'idea, concepire un progetto, concepire un fatto, concepire un figlio, ancora una volta le parole, per chi le sa ascoltare parlano di verità e si spingono ben oltre la superficiale apparenza.

L'atto del concepimento potrebbe allora riportarci al suo nucleo essenziale: la creatività.

Creatività come atto del creare, dal Creato tutto ha originato e origina, dal caos delle origini sono nate le stelle danzanti, da quella universale esplosione di vita tutto ha cominciato a fremere e questa energia cosmica vitale e creativa continua a pulsare dentro di noi, piccole particelle di universo (come nel macrocosmo così nel microcosmo).

La chiave più preziosa che ciascuno di noi possiede è la consapevolezza: la coscienza di possedere dentro di sé questa inesauribile fonte di energia. (Valentina Iacchia)

### **Future mamme, futuri papà:**

il Consultorio c'è per voi anche in questa fase, quella dei sogni, dei progetti, delle speranze, dei desideri, dei dubbi e talvolta anche delle paure.

C'è per l'ascolto ed il confronto, c'è per l'assistenza sanitaria e la prevenzione.

C'è anche per la consulenza e l'orientamento ai centri di secondo livello nel caso succedesse che ciò che quando non si desidera è fin troppo facile - cioè il restare incinta - nel momento in cui si decide e si comincia a programmare una nascita può apparire di colpo arduo e improbabile "quanto vincere un terno al lotto".

C'è anche se decidete di intraprendere il percorso di un'adozione.

## Per saperne di più consulta il sito:

- Ministero della Salute - [Periodo preconcezionale](#)
- Ministero della Salute - [Salute preconcezionale](#)
- Ministero della Salute - [Diagnosi di infertilità e terapie](#)
- Ministero della Salute - [La procreazione medicalmente assistita](#)
- ASST Lariana - Centro di procreazione medicalmente assistita
- ASST Lariana - Servizio Assistenza consultoriale - Opuscolo "Diagnosi prenatale ed anomalie cromosomiche del primo trimestre di gravidanza" disponibile nella sezione "Documenti"

## ASPETTIAMO UN FIGLIO

*"Geppetto un figlio perfetto ce l'ho nella testa,  
ti ascolta e sta zitto, non sporca e non costa,  
non cerca avventure, ma è sempre al tuo fianco,  
se tu di parlare da solo sei stanco.  
Un figlio perfetto non turba la gente,  
non cresce distratto, bugiardo e arrogante,  
non dice mai "no", se gli imponi qualcosa,  
non gioca d'azzardo e non scappa di casa.  
Un figlio perfetto non nasce per sbaglio,  
dev'essere esatto in ogni dettaglio,  
per dare la massima soddisfazione,  
ma senza bisogno di manutenzione...  
E' il figlio che sognano tutti.  
Un figlio perfetto non fuma spinelli,  
non gira di notte a suonar campanelli,  
non chiede vestiti all'ultima moda,  
non fa mai a botte in mezzo alla strada.  
Un figlio perfetto lo fai su misura,  
l'idea di un conflitto nemmeno lo sfiora,  
sta dove lo metti, non pianta casino  
è proprio un gran bel burattino..." (Valerio Negrini)*

L'avete cercato tanto, oppure è arrivato inaspettatamente... in ogni caso gli operatori del consultorio ci sono (assistente sociale, psicologo, infermiera, ostetrica e ginecologo) per accompagnarvi in questo magico viaggio ed affrontare con voi qualunque dubbio, incertezza ed ogni necessità in questa delicatissima avventura.

## Per saperne di più consulta il sito:

- Ministero della Salute - [Alimentazione in gravidanza](#)
- Ministero della Salute - [Agenda della gravidanza](#)
- Ministero della Salute - [Gravidanza](#)
- Ministero della Salute - [Fumo e gravidanza](#)
- ASST Lariana - Sezione Maternità anticipata: interdizione dal lavoro per gravidanza a rischio

## IL PERCORSO NASCITA IN CONSULTORIO

Mamme e papà in attesa, vi offriamo un percorso di presa in carico consultoriale - di natura preventivo/assistenziale - rivolto alla coppia, che si colloca nell'arco temporale della fase di vita a partire dal progetto procreativo responsabile e fino ai 12/18 mesi di vita del bambino.

La caratteristica principale, è la **presa in carico della coppia** (ove presente/disponibile il partner generativo) nei termini di accompagnamento dei futuri genitori in quel delicatissimo e magico periodo caratterizzato dal passaggio da "coppia" a "coppia neo-genitoriale" – con l'evidente spostamento dal piano assistenziale tradizionalmente centrato quasi esclusivamente sulla futura madre/gravida/partoriente/puerpera, verso una presa in carico dell'intero sistema familiare, con la precoce "entrata in scena del ruolo paterno" e relativa valorizzazione e coinvolgimento.

L'intero percorso si svolge nell'ambito di un approccio multidisciplinare integrato ove gli interventi dei diversi professionisti (assistente sociale, psicologo, infermiera, ostetrica e ginecologo) costituiscono dei possibili "ingredienti" del mix che il consultorio individua a favore di "quella specifica famiglia".

I nostri cavalli di battaglia:

➤ **IN VIAGGIO PER DIVENTARE MAMMA E PAPA'** ... accompagnati da ostetrica e psicologa consultoriale

Ciclo di incontri di gruppo (min. 8, più un incontro dopo il parto, tutti insieme mamme, papà e bébé) – condotti da ostetrica e psicologa sempre in co-presenza – rivolti alle coppie di futuri genitori, con lo scopo di offrire sia uno spazio di confronto per condividere emozioni, gioie, ansie, timori, vissuti, dubbi e paure della donna e del futuro papà, sia a valorizzarne potenzialità e competenze.

E contrastare false credenze, fugare dubbi e timori – perché si sa – è ciò che non conosciamo che ci fa più paura.

E per condividere tutti insieme, future mamme e futuri papà, tecniche di rilassamento, esercizi di contatto corporeo, corrette informazioni per affrontare al meglio gli ultimi mesi della gravidanza e le varie fasi del parto.

E per visitare, tutti insieme, i "luoghi del parto" (sale parto dell'Ospedale S. Anna) - sempre nella modalità fortemente esperienziale dell'attivazione di gruppo, grazie alla sperimentazione del percorso "reale" e contestualizzato che le coppie si troveranno ad affrontare in occasione della nascita.

Il tutto in fasce orarie tardo/pomeridiane/serali e di sabato, per favorire l'effettiva possibilità di partecipazione, anche da parte dei papà e delle mamme lavoratrici.

➤ **"NOI CON I NOSTRI BAMBINI"** – Ascolto, orientamento e supporto psico-educativo ai neogenitori, nonni e altre figure parentali (accompagnati da ostetrica e psicologo, con possibilità di integrazione con assistente sociale e infermiera).

Spazio a bassa soglia di accoglienza, ascolto e supporto psico-educativo a libero accesso per mamme e papà, nonni, e altre figure parentali e/o d'appoggio alla funzione genitoriale con bimbi da 0 fino ai 18 mesi di età, con attività gestita dalle figure professionali in co-presenza - mediante integrazione dei ruoli specifici.

Qui potrete trovare non solo una grande attenzione a vissuti, sentimenti, emozioni, fatiche e aspetti relazionali che caratterizzano i momenti di grande cambiamento che state attraversando, ma anche risposte, orientamento e sostegno su tematiche connesse alla nuova quotidianità, alla cura di voi stessi e all'accudimento dei vostri bimbi – dove il supporto all'allattamento al seno mantiene un ruolo primario.

Qui potrete sperimentare sia occasioni di confronto, condivisione e scambio di esperienze anche con gli altri genitori, sia le "coccole" dei momenti di vicinanza e intimità con i vostri bebè, in atmosfera di relax, nel corso di esperienze centrate sul contatto genitore/bambino.

Per **informazioni sul percorso nascita consultoriale** o adesioni al percorso per futuri genitori "In viaggio per diventare mamma e papà", puoi telefonare o inviare una email alla struttura, **tel. 031.585. 5570/4373 (dal lunedì al venerdì, 9 -13) – [consultori@asst-lariana.it](mailto:consultori@asst-lariana.it)**

## LA NASCITA

*Ogni tanto mi sorprendo - un po' t'invento un po' ti dai  
Ogni tanto perdo il filo - forse non ci sei - non hai nome - chi ti crede fiore di ninfea  
Duri un attimo  
Ogni tanto fai spavento - prendi tutto e non ti fermi  
Amor che nulla hai dato al mondo  
Quando il tuo sguardo arriverà - Sarà il dolore di un crescendo  
Sarà come vedersi dentro  
Quando quest'alba esploderà - Sarà la fine di ogni stella  
Sarà come cadere a terra  
Ogni tanto mi sospendo - foglie al vento vengo da te  
Sei celeste melodia, tutto cambierai, per un attimo  
Amor che nulla hai dato al mondo  
Quando l'estate arriverà - Sarà il dolore di un crescendo  
Sarà come riaverti dentro  
Ogni tanto penso a te - Sposti tutti i miei confini  
Amor che bello darti al mondo - Amor che bello darsi al mondo  
Quando quest'alba esploderà - Vivrò nel fuoco di una stella  
per lasciare con te la terra (Gianna Nannini)*

**Care mamme, cari papà:** Il Consultorio vi ha accompagnato fino a questo momento; ora tocca a voi.

Abbiamo parlato, discusso, fantasticato a lungo su questo momento, abbiamo visitato insieme la sala parto; ora vi lasciamo in buone mani – in quelle esperte, calde e accoglienti delle ostetriche dell'ospedale e in quelle competenti dei ginecologi.

### Per saperne di più consulta il sito:

- Ministero della Salute - [Il parto](#)
- Ministero della Salute - [Il parto cesareo](#)
- Ministero della Salute - [Informazioni sulla donazione del sangue cordonale](#)
- ASST Lariana - Sezione Travaglio e parto in Ospedale Sant'Anna
- ASST Lariana - Sezione La partoanalgesia in Ospedale Sant'Anna
- ASST Lariana - Sezione La donazione del sangue cordonale in Ospedale Sant'Anna

## LA REGISTRAZIONE DEL NOSTRO BEBE'

*Giovanni Battista è il nonno materno.*

*Riccardo Giuseppe quello paterno.*

*La nonna si chiama Francesca Romana,*

*Maria Antonietta una zia lontana.*

*E quando son nato eran tutti a pensare*

*A darmi un bel nome davvero esemplare.*

*Un nome che fosse da gran presidente*

*Ma tutti sembravano roba da niente!*

*Così mescolando il nonno e lo zio,*

*Con un cugino ed un prozio*

*M' hanno chiamato Francesco Gilberto*

*Camillo Maria Gerardo Norberto...Ma io!*

*Voglio chiamarmi Ugo! (M. Gradini - G. P. Fontana – Zecchino d'oro)*

### ATTENZIONE!

Non bisogna assolutamente dimenticarsi, entro 10 giorni dal parto, di registrare il vostro bebè presso l'Ufficio Anagrafe, consegnando la "denuncia di nascita" che redige l'ostetrica che vi ha assistito.

### Per saperne di più consulta il sito:

- Ministero della Salute - [Il parto in anonimato](#)
- ASST Lariana - Sezione Iscrizione al Servizio Sanitario Nazionale
- ASST Lariana - Sezione Medico di Medicina Generale / Pediatria
- INPS - [Congedi parentali e riposi per l'allattamento](#)

## I PRIMI MESI DI VITA

*"Ninna nanna ninna oh*

*questo bimbo a chi lo dò*

*lo darò all'uomo nero che*

*lo tiene un mese intero*

*lo darò alla befana che*

*lo tiene una settimana*

*lo darò alla sua mamma che  
lo ninna e lo nanna." (Anonimo)*

*"Gli etologi, che osservano il comportamento degli animali e degli uomini, considerano l'attaccamento tra madre e neonato come il prototipo dell'amore..." , Il modo in cui noi trattiamo nostro figlio è lo stesso con cui nostro figlio tratterà il mondo" (Michel Odent)*

È ora di tornare in Consultorio!

Tutti insieme: mamme, papà e i vostri bebè.

E perché no, nonni, zii, fratellini e sorelline, l'amica del cuore, babysitter....

... per ricevere assistenza sanitaria, consulenza, supporto e accompagnamento nel puerperio e nei primi passi della vita a tre (o più...).

### **Per saperne di più consulta il sito:**

- ACP - [Linee guida OMS sulle cure postnatali per madre e neonato](#)
- Ministero della Salute - [FAQ depressione post partum](#)
- Genitori più - [Prevenzione e cura 0-2 anni](#)

## **COCCOLE E CAREZZE**

*Tutto sale sale tutto sale  
son salite anche le nespole - nespole  
tutto è scuro tutto è scuro scuro  
si cammina con le fiaccole - fiaccole  
tutto gira gira tutto  
girano le ciribiricoccole - coccole  
lascia andare non drammatizzare,  
ma strapazzami di coccole – coccole (Topo Gigio)*

*"In questo oceano di novità, d'ignoto, bisogna fargli riprovare sensazioni passate che inducano pace e sicurezza.*

*Questa pelle non ha dimenticato...*

*Essere portati, cullati, carezzati, massaggiati, sono tutti nutrimenti per i bambini piccoli, indispensabili, come le vitamine, i sali minerali e le proteine, se non di più..." (F.Leboyer)*

Ne parliamo, ci proviamo, sperimentiamo, ci coccoliamo .... In consultorio.

### **Per saperne di più consulta il sito:**

- AIMI - [Associazione Italiana Massaggio Infantile](#)
- Nati per Leggere - [Leggiamo. Crescono, dentro](#)

## ALLATTAMENTO

*"Noi non veniamo dalle stelle o dai fiori, ma dal latte materno.*

*Siamo sopravvissuti per l'umana compassione e per le cure di nostra madre.*

*Questa è la nostra principale natura". (Dalai Lama)*

*"L'esperienza dell'allattamento è l'esperienza centrale della vita del bambino, è l'evento centrale dell'esistenza infantile, il mattone fondamentale su cui, se tutto va bene, il bambino costruirà la sua fiducia in se stesso, nelle persone significative della sua vita e per estensione nel mondo. (B. Bettelheim)*

Il consultorio vi starà accanto per tutte le necessità connesse all'allattamento del vostro bébé.

### **Per saperne di più:**

- Ministero della Salute - [Opuscolo "Il latte materno è il più naturale che c'è"](#)
- Ministero della Salute - [Opuscolo "Mamma che latte!"](#)
- Ministero della Salute - [Opuscolo "Allattare al seno - Un investimento per la vita"](#)