

Gravidanza durante la Pandemia di COVID-19: Domande frequenti

In caso ti siano sorte domande sulla gravidanza e sull'aver un bambino. La pandemia potrebbe aver fatto sorgere nuove preoccupazioni. Queste informazioni potrebbero essere d'aiuto.

Si invita inoltre a consultare regolarmente il proprio medico, l'infermiere, l'ostetrica o la propria doula per rispondere alle eventuali domande. Visita la Piattaforma di Informazione del New Jersey sul COVID-19 all'indirizzo: <https://covid19.nj.gov/>.



D Il rischio che corro di contrarre il COVID-19 o le patologie ad esso collegate è maggiore?

R Sì, a causa dei normali cambiamenti che avvengono nel tuo corpo, durante la gravidanza sei maggiormente a rischio di contrarre malattie. Inoltre, se sei incinta e hai contratto il COVID-19, sei più a rischio di sviluppare problemi di salute più gravi, come il parto pretermine o difficoltà di respirazione.

D Cosa posso fare per proteggermi dal COVID-19?

R Sono molte le cose che puoi fare per proteggerti. Il Centri per il Controllo e la Prevenzione delle Malattie ([Centers for Disease Control and Prevention](https://www.cdc.gov/), CDC) consiglia la vaccinazione a donne in gravidanza o che stanno programmando una gravidanza. Il CDC consiglia inoltre di portare la mascherina quando si è insieme ad altre persone, lavarsi le mani regolarmente, tenersi a distanza dalle altre persone soprattutto se sono malate o sono state a contatto con qualcuno che era malato e rispettare il distanziamento sociale rimanendo ad almeno 6 piedi dalle persone esterne al proprio nucleo abitativo.

Se manifesti sintomi da COVID-19 (come febbre, mal di testa, mal di gola, mancanza di respiro, perdita dell'olfatto o del gusto), chiama subito il tuo medico. Il tuo medico ti aiuterà a decidere se è necessario sottoporsi al test per il COVID-19.

D Dove posso andare per sottopormi al test per il COVID-19?

R Visita la Piattaforma di Informazione del New Jersey sul COVID-19 (<https://covid19.nj.gov/pages/testing>) per informazioni sui centri preposti e sugli orari per i test, su dove recarsi per i test pubblici gratuiti e per un dispositivo di riconoscimento dei sintomi. È inoltre possibile chiamare il 2-1-1 per trovare la struttura più vicina a te dove fare gratuitamente il tampone.



D Posso allattare al seno? Cosa succede se manifesto dei sintomi o sono risultata positiva al COVID-19?

R Sì, puoi allattare al seno anche se hai il COVID-19. Non vi sono prove che il COVID-19 possa essere trasmesso al bambino attraverso il latte materno. Il latte materno è la migliore fonte di sostanze nutritive per il bambino e presenta numerosi benefici, ad esempio rafforza il legame tra la madre e il bambino, lo protegge da malattie e infezioni, offre benefici per la salute e lo sviluppo del bambino lungo tutto l'arco della sua vita. L'allattamento al seno può ridurre il rischio di cancro al seno e alle ovaie e aiutare a ridurre lo stress e l'ansia.

È possibile trasmettere il virus al bambino attraverso le goccioline respiratorie che si emettono appunto quando si respira. Se hai o pensi di avere il COVID-19, lavati le mani con acqua e sapone prima di interagire con il tuo bambino o di toccare il seno o il tiralatte, indossa una mascherina quando sei a meno di 2 metri di distanza dal tuo bambino sia durante l'allattamento che l'estrazione del latte dal seno; inoltre, pulisci e disinfetta i tiralatte durante l'estrazione del latte dal seno.



D **In che modo l'assistenza durante la gravidanza, il travaglio e il parto sarà influenzata dalla pandemia?**

R Studi medici, ospedali e cliniche per il parto hanno introdotto misure mirate ad assicurarsi che tu e il tuo bambino siate al sicuro durante la pandemia. Ecco alcuni esempi:

- Durante la gravidanza, per alcune delle tue visite periodiche, potrai incontrare il tuo medico, infermiera, ostetrica o doula tramite visite a distanza, invece di recartivi di persona.
- Sarai sottoposta a un controllo per i sintomi del COVID-19 prima degli appuntamenti o al tuo arrivo.
- Tu e chiunque interagisca con te dovrete indossare la mascherina. La mascherina protegge sia te che loro.
- Può darsi che tu non possa farti accompagnare agli appuntamenti per le visite. Al momento del parto, potresti non essere autorizzata ad avere visitatori oltre alla tua persona di supporto e a una doula.
- Il corso preparto potrebbe essere erogato in modalità online anziché di persona.
- A seconda del protocollo adottato dall'ospedale o dalla clinica in cui partorirai, potresti essere sottoposta a tampone per il COVID-19.

D **È sicuro partorire in un ospedale o in una clinica durante la pandemia?**

R Sì. Gli ospedali e le cliniche ostetriche hanno attivato protocolli di sicurezza e prevenzione della diffusione del COVID-19 durante la pandemia. Ti consigliamo di discutere del tuo piano per il parto con il tuo medico, l'infermiera, l'ostetrica o la doula prima di apportare qualsiasi modifica.





D **Quante persone possono assistere al parto o durante la degenza post-partum in ospedale?**

R [La legge dello Stato](#) prevede che gli ospedali autorizzino la presenza di almeno una persona di supporto durante il travaglio, il parto e l'intera degenza post-partum. Tale legge si applica a tutte le donne in stato di gravidanza che abbiano o meno il COVID-19. Oltre a una persona di supporto, è possibile la presenza di una doula durante il travaglio, il parto e l'intera degenza post-partum. La tua persona di supporto e la doula non possono avere il COVID-19 o essere sospettate di averlo. Individua per tempo un'altra persona di supporto pronta ad assisterti in caso la tua prima prescelta contragga il COVID-19.

Non saranno ammessi altri visitatori. È consigliabile consultare il regolamento relativo alle visite prima del parto.

D **Non è rischioso sottoporsi al vaccino per il COVID-19 se sto programmando una gravidanza o se sono già incinta?**

R I [Centri per il Controllo e la Prevenzione delle Malattie](#), segnalano che le donne in gravidanza sono ad alto rischio di complicazioni gravi da COVID-19 rispetto al resto della popolazione. Se sei in gravidanza, puoi sottoporsi alla somministrazione del vaccino per il COVID-19. Sottoporsi al vaccino per il COVID-19 durante la gravidanza può proteggerti da gravi complicazioni associate al COVID-19. È fondamentale consultare il proprio medico o l'infermiera per maggiori informazioni sul vaccino. Insieme, potrete decidere qual è la soluzione giusta per te.



La presente pubblicazione è sostenuta dalla [Amministrazione delle risorse e dei servizi sanitari \(Health Resources and Services Administration, HRSA\)](#) del [Dipartimento della sanità e i servizi sociali degli Stati Uniti \(U.S. Department of Health and Human Services, HHS\)](#) come parte di un finanziamento di 10.361.110,00 dollari. I contenuti sono dell'autore (o degli autori) e non rappresentano necessariamente il parere ufficiale né hanno l'approvazione dell'HRSA, dell'HHS o del governo degli Stati Uniti.

Se non disponi di un fornitore di servizi di assistenza sanitaria, è possibile trovare i navigatori disponibili nella tua comunità o contattare i tracer qui: <https://211.unitedway.org/services/covid19>.

I servizi di traduzione e il servizio di relè sono invece disponibili qui: <https://www.nj.gov/humanservices/ddhh/services/caption/>.