

Gravidanza durante la pandemia da COVID-19: Cosa aspettarsi dal proprio team di assistenza sanitaria

Il team di assistenza sanitaria - che comprende medici, ostetriche, infermieri e doule - potrebbe aver apportato diverse modifiche all'approccio di assistenza al fine di garantire che madre e bambino siano al sicuro durante la pandemia. Ecco alcuni tipi di assistenza che puoi aspettarti di ricevere.

Cosa aspettarsi dal proprio team di assistenza sanitaria

Prima di far nascere il bambino

Il team di assistenza sanitaria fornirà cure prenatali dall'inizio della prima gravidanza fino al parto. È importante avviare le cure prenatali all'inizio della gravidanza in modo da tenere madre e bambino in salute. Ad ogni visita il medico, l'ostetrica, l'infermiere o la doula controlleranno madre e bambino. Andare alle visite prenatali consente anche di fare domande e parlare di come ci si sente.



Col team di assistenza sanitaria puoi parlare di:

- Chi contattare se pensi di essere in travaglio.
- Cosa aspettarsi all'arrivo in ospedale o centro neonatale per il parto.
- Come nutrire il bambino (allattamento al seno, estrazione del latte, latte donato o latte artificiale).

Il vaccino anti-COVID-19 è consigliato in caso di gravidanza, pianificazione di gravidanza o allattamento al seno. Parla con il tuo medico, l'ostetrica o l'infermiere per sapere quale vaccino anti-COVID-19 fa al caso tuo. Maggiori informazioni sulla somministrazione del vaccino anti-COVID-19 durante la gravidanza o l'allattamento al seno sono disponibili sul [sito di CDC](#).

Cosa puoi aspettarti:

- Per ridurre il rischio di esposizione al COVID-19 puoi fissare un appuntamento in teleassistenza (telehealth) con il tuo medico, l'ostetrica, l'infermiere o la doula, invece che di persona. La teleassistenza prevede l'uso di un telefono o di un computer per il colloquio con il team di assistenza sanitaria.
- Prima della visita potrebbero chiederti se presenti i sintomi del COVID-19 oppure potrebbero controllarne la presenza all'arrivo in studio.
- Potrebbe essere necessario indossare la mascherina durante la visita, esattamente come farà tutto il personale che incontrerai.
- Potresti dover portare qualcuno con te all'appuntamento. Chiedi se l'accompagnatore o altro familiare può partecipare alla visita al telefono o in videoconferenza.
- Potresti dover essere sottoposta ad esami, come le analisi del sangue e l'ecografia, per controllare il tuo stato di salute e quello del bambino.
- I corsi parto, utili a prepararti per la nascita, possono essere tenuti virtualmente (online) invece che di persona.



Durante il travaglio e il parto

Ecco cosa puoi aspettarti:



- All'arrivo in ospedale/centro neonatale per il parto, potresti essere sottoposta al test COVID-19.
- Come stabilito dallo [Stato del New Jersey](#), è consentita la presenza di un accompagnatore o di una doula per tutta la durata del ricovero ospedaliero, anche in caso di positività al COVID-19. Né l'accompagnatore né la doula dovranno essere positivi al COVID-19 o presentarne i sintomi. Chiedi se è possibile accogliere altri accompagnatori.



- Durante il ricovero l'accompagnatore potrebbe essere sottoposto ad accertamenti per verificare la presenza di sintomi del COVID-19.



- Tu e il tuo accompagnatore potreste dover indossare la mascherina ogni volta che lasciate la camera o quando vi entra del personale.
- Probabilmente dovrai restare in camera per almeno la maggior parte della visita.

Una volta nato il bambino

Le cure post-partum vengono offerte dal tuo medico, dall'ostetrica o dall'infermiere una volta nato il bambino. Durante la guarigione potresti avvertire molti cambiamenti ed essere ancora a rischio di gravi problemi di salute, come emorragie e infezioni. È importante ricevere le cure post-partum per mantenersi in salute, fare le domande che si hanno in mente e parlare di come ci si sente.

Ecco cosa puoi aspettarti:

- Le cure post-partum di solito continuano per almeno 6-8 settimane dal momento della nascita.
- Se presenti i sintomi del COVID-19 o hai ricevuto relativa diagnosi, per prevenire il contagio potrebbe essere necessario indossare la mascherina quando sei a contatto col bambino. Potrai comunque allattare il bambino al seno.
- Ecco alcuni argomenti di cui potrebbero parlarti il tuo medico, l'ostetrica o l'infermiere una volta nato il bambino. Fai clic sui link per maggiori informazioni:



- o [Nutrire il bambino](#).

- o Come stabilire se il bambino sta assumendo abbastanza latte ([inglese](#) e [spagnolo](#)).

- o Mettere il bambino in [posizione supina](#) per tenerlo al sicuro quando dorme.

- o [Guarire](#) dal parto naturale o cesareo e altre informazioni sul [recupero](#).

- o Segnali e sintomi del COVID-19 per [madre](#) e [bambino](#).

- o [Sintomi](#) che possono verificarsi una volta nato il bambino e che potrebbero costituire un grave problema di salute (es. emicrania persistente o febbre pari o superiore ai 38°C/100,4°F). Se si presentano questi sintomi, rivolgersi immediatamente al medico, all'infermiere o all'ostetrica.



La presente pubblicazione è finanziata dall'Amministrazione delle risorse e dei servizi sanitari (Health Resources and Services Administration, HRSA) del Dipartimento della salute e dei servizi umani degli Stati Uniti (U.S. Department of Health and Human Services, HHS) per un importo massimo pari a \$10.361.110,00. I contenuti presentati sono redatti dagli autori e non rispecchiano necessariamente gli orientamenti ufficiali né il sostegno di HRSA, HHS o del Governo degli Stati Uniti.

Se non hai un fornitore di cure, trova un navigator comunitario o contatta i tracer qui: <https://211.unitedway.org/services/covid19>.
Traduzioni e servizi TTY disponibili su: <https://www.nj.gov/humanservices/ddhh/services/caption/>.