

Un'esperienza da raccontare

La gravidanza e il parto durante il Coronavirus



L'emergenza generata dalla pandemia da Covid-19 ha drasticamente **cambiato le vite di singoli e famiglie**, in un modo che era impensabile fino a poco tempo prima.

Anche il **percorso nascita** ha subito necessariamente una riorganizzazione, spesso applicata sulla base della disponibilità organizzativa e logistica del momento.

Tale situazione ha ridotto le visite in ospedale, ha portato ad affrontare il travaglio senza il proprio partner accanto o ad assistere alla nascita del proprio figlio via whatsapp o attraverso uno schermo...quanti di noi avrebbero immaginato uno scenario del genere qualche mese prima?

Ma **la vita va avanti** nonostante tutto: il Covid-19 ha costretto a **rivedere i piani assistenziali** durante la gravidanza e il parto e ha rivoluzionato **sogni e programmi di tante coppie e famiglie**. Tante mamme hanno dovuto farsi coraggio accompagnate dai sorrisi delle ostetriche e dei medici, celati dietro mascherine e visiere.

Ora che la fase di picco dell'emergenza sanitaria sembrerebbe essere alle spalle arriva il momento di **provare a raccontare**; di mettere in fila immagini, ricordi ed emozioni di quello che è stato e che ci potrà aiutare a ragionare su quello che sarà.



Roberta Manchia GRESSAN

A parte la stanchezza fisica e la gestione dei figli devo dire che era tutto sotto controllo. I bambini frequentavano gli ultimi giorni della scuola, erano stanchi e **molto curiosi di conoscere la piccola Sofia**. Il termine previsto per il parto era il 22 maggio 2021. Il giorno prima, io e la mia amica Elisa ci siamo viste, **abbiamo finalmente fatto la foto dei pancioni** che volevamo fare da mesi.

La sera sono iniziati i primi doloretto. Arrivata in ospedale mi hanno fatto la visita e il tracciato ed ovviamente, considerata la situazione dovuta al Covid, mio marito non è potuto entrare con me. Ho iniziato il mio travaglio, la bambina è nata alle 3:30 e per fortuna **mio marito ha potuto assistere a questo momento finale**. Le nuove regole consentivano di chiamare il marito ad una dilatazione di 7 cm. In un momento del genere hai proprio bisogno di qualcuno che ti massaggia la schiena, ti dà la mano e ti sostiene. Se prima del Covid il marito poteva essere presente sempre, purtroppo durante la pandemia non era possibile. Per fortuna il mio travaglio è durato pochissimo, altrimenti sarebbe stata più dura affrontarlo da sola.

In un primo momento l'infermiera mi ha messo mia figlia **"skin to skin"**, dopodiché l'hanno visitata. Dopo la visita medica, la piccola ed io siamo state insieme per due ore sotto in sala operatoria. Una volta in reparto **mio marito ha fatto il bagnetto alla piccola**, che ora si fa in camera e non più al nido, proprio come aveva fatto con gli altri figli. Io mi sono ripresa un po'.

Lui poi è stato mandato via, ed è tornato nel pomeriggio fermandosi per due ore, come nei giorni successivi. Dipendeva anche tanto da quanta gente si trovasse all'interno della camera e devo comunque dire che **le figure professionali erano comprensive rispetto alla presenza dei papà**.



Ho apprezzato il fatto di non avere tante visite durante la mia permanenza in ospedale. Il fatto di non aver nessuno per tutto il giorno mi è mancato, ma nello stesso momento ho apprezzato la mia tranquillità. Direi che sarebbe sufficiente la presenza dei parenti più stretti, ma non le visite continue da tutti i parenti e amici. Sarebbe più adatto farle a casa. Prima del Covid c'era sempre qualcuno presente e questo non ti permetteva di relazionarti con le altre mamme della stanza. Inoltre, **la permanenza in ospedale serve anche per riprendersi dalle fatiche del parto.**

È nato un **bellissimo rapporto tra noi mamme**, mangiavamo fuori in sala d'attesa e poi **ci aiutavamo a vicenda**. La mia vicina di letto veniva da fuori Valle, aveva avuto un travaglio lunghissimo e suo marito dormiva in macchina. Eravamo in zona rossa, per cui non poteva nemmeno andare in giro o mangiare al bar. Ho potuto aiutare e sostenere questa mamma, perché fisicamente stavo bene. Fra mamme ci si chiedeva aiuto reciproco nel guardare i piccoli durante la doccia, oppure per tagliare la carne, perché l'ago della flebo nella mano non lo permetteva. Grazie a questo sostegno chiamavamo il meno possibile le infermiere di turno. Questo è un ricordo molto positivo.

Non vedevo l'ora di tornare a casa per vedere gli altri due figli, **la mia casa mi sembrava un nido più sicuro** rispetto al Covid. Io non ho avuto paura del Covid, anche perché sono un'operatrice sanitaria e ho visto davvero di tutto.

Grazie a questo progetto di WePro, ho avuto il modo di riflettere sulla mia esperienza di parto e di condividerla.

Elisa Cerise GRESSAN



Prima del parto fisicamente ero demolita, non ne potevo più. **Non vedevo l'ora che nascesse la mia piccolina.** Avevo un cesareo programmato, doveva nascere il 31 maggio 2021, ma qualche giorno prima sono andata in ospedale perché non mi sentivo bene. Il fatto che mio marito non potesse starmi accanto non è stato di aiuto per me.

Sono stata sempre sola, anche durante il tracciato che serviva per comprendere lo stato di salute della piccola e se fosse il momento giusto per il parto. I medici hanno deciso di sottopormi al **cesareo d'urgenza** e dopo aver ricevuto questa notizia mi sono sentita molto sola. Mentre con gli altri due figli che ho avuto era presente tutta la famiglia, ad aspettare lei c'era il papà da solo nel corridoio. Era notte e non incontrava nessuno per avere nostre notizie, quindi era preoccupato perché non sapeva se io e la bambina stessimo bene. Mentre ero ancora in sala parto ho chiesto se qualcuno gli avesse comunicato che la bambina era nata che entrambe stavamo bene. Purtroppo nessuno l'aveva ancora fatto. Ho chiesto gentilmente di avvisarlo, perché potesse alleviare la sua ansia.

Quando siamo arrivate in camera il mio compagno è potuto stare insieme a noi 3 ore. Nei giorni successivi veniva a trovarci e poteva fermarsi 2 ore, mettendosi d'accordo con gli altri papà in visita affinché non si creasse assembramento.

Ho fatto tre cesarei, il primo e questo ultimo d'urgenza, il secondo programmato. Di questo terzo parto ricordo la bambina vicino al mio collo, ha strisciato sul mio corpo e ha iniziato subito a ciucciare,

mentre l'infermiera mi rassicurava perché avevo paura potesse scivolare, visto che io ero legata. Con la nuova tecnica **"skin to skin"** – **"pelle a pelle"** il bambino viene avvicinato subito al corpo della mamma, perché ci sia subito un **contatto diretto**. Con il cappuccio in testa era bella, piccolina, un fagottino.

L'anestesista e l'infermiera mi hanno coccolata e questo aiuta molto una mamma durante il parto.

L'aiuto costante dei componenti della mia famiglia nei due parti precedenti è stato molto importante e questo mi è mancato molto. Non volevo disturbare le infermiere se non in caso di emergenza. Un cesareo non è una passeggiata e spesso mi sentivo giù, avevo **momenti di sconforto** e anche spostarmi per prendere l'acqua mi faceva sentire il dolore.

Anche i fratellini, che hanno visto la sorellina solo una volta rientrata a casa, hanno dovuto avere **pazienza**, così come i nonni e il resto della famiglia. I miei figli inoltre, non potendomi vedere, si sono molto preoccupati per me e il mio stato di salute dopo il parto. Ci siamo persi alcuni momenti bellissimi all'interno dell'ospedale, tutti uniti intorno alla culla della piccola, tutti avrebbero avuto molta voglia di conoscerla subito.

E poi, per le donne partorienti avere la propria mamma vicina è fondamentale, in modo molto diverso rispetto a un compagno o un marito. Mi commuovo quando parlo di mia madre, ho sentito tantissimo la sua mancanza.

Elisa Cerise GRESSAN

La nascita di un figlio è la cosa più bella che la vita ti può regalare e **non avere vicino la famiglia non mi ha permesso di godere fino in fondo di questo momento speciale.**

Dopo il rientro a casa abbiamo dovuto affrontare qualche difficoltà, la bambina è stata ricoverata per problemi di respirazione e la mia ferita si è aperta...La ripresa fisica è stata più dura rispetto agli altri interventi cesarei.

La ripresa del lavoro è stato un altro momento di stress importante. Ho un'attività mia, ho dovuto **riprendere subito il lavoro**, soprattutto perché ho passato un lockdown invernale senza attività. Dovevo quindi rimettermi in forma velocemente per lavorare durante il periodo estivo, con il pensiero incerto di come sarà la prossima stagione invernale, vista la situazione che stiamo passando.

Ora sono più serena vicino alla mia famiglia. Il mio unico pensiero è che il 31 dicembre 2021 qualcuno ci dica basta, torniamo a fare la vita di sempre, via le mascherine, anche ai bambini, gli unici che ci hanno rimesso sono stati i nostri figli e ancora adesso ci rimettono sempre solo loro.

Sicuramente, quando mia figlia crescerà le dirò che è stato un periodo brutto, anche se la gravidanza in sé è stato un bellissimo momento. Le racconterò che **psicologicamente è stato difficile, stressante** e paranoico forse, perché hai paura di tutto, paura di prendere il virus, di contagiare la famiglia, la bambina che hai dentro. Per una madre in gravidanza, una situazione del genere non aiuta assolutamente.

Le figure professionali all'interno del reparto di ostetricia di Aosta sono state gentili, cordiali, **attente ai miei e bisogni e a quelli della piccola**. Sto apprezzando tantissimo la figura dell'ostetrica che ti segue durante il primo anno di vita. Questo servizio aiuta noi mamme a toglierci dei dubbi, a migliorarci. Se ci fosse stato un aiuto di questo tipo con gli altri miei due figli avrei potuto allattare con più serenità.

Sono felice di condividere la mia esperienza e ringrazio in particolare l'ostetrica Corinne e il progetto WePro.



Francesca Bertuzzi

FENIS

Malgrado il periodo problematico nel quale stavamo vivendo e, nonostante di mezzo ci sia stato anche un trasloco molto faticoso, posso dire che **ho vissuto la gravidanza in maniera molto tranquilla e serena**, anche grazie al fatto che stavamo andando verso il periodo estivo, con la possibilità di stare all'aria aperta e con le restrizioni che andavano riducendosi rispetto al primo anno di pandemia.

Durante la gravidanza ho eseguito i controlli con serenità nonostante le difficoltà legate alle nuove regole dettate dal COVID. Mi sono iscritta al **corso pre-parto, che si è svolto online**. Nonostante l'ostetrica sia stata molto professionale e attenta a dare a tutte la possibilità di interagire ed intervenire, essendo un corso online **è venuto a mancare il contatto umano**, la mancanza di gesti e sguardi hanno reso difficile la condivisione di preoccupazioni e paure. Non sono contraria alla tecnologia, ben venga che ci siano questi strumenti, altrimenti non avremmo fatto proprio niente.

Due giorni prima del parto ho iniziato ad avere le prime avvisaglie con un po' di contrazioni e qualche perdita di sangue. Siccome ero alla prima esperienza e non sapevo bene cosa stava succedendo, decidemmo di andare al pronto soccorso del Beauregard a fare un controllo. Mi visitarono, ma non era ancora il momento per cui tornammo a casa. L'unica nota spiacevole è stato il fatto che mio marito non abbia potuto stare con me e assistere alla visita e al tracciato; eravamo entrambi un po' spaventati, avremmo potuto tenerci per mano, confortarci, chiacchierare, sentire i battiti del bambino, ma purtroppo tutto ciò non è stato possibile; mentre eseguivo i controlli pensavo a lui e a miei genitori a casa che erano in ansia per me.

Il giorno del parto ero sola a casa quando mi si sono rotte le acque, ho chiamato mio marito perché sapevo che era arrivato il momento.

Ero stranamente tranquilla e, in attesa che arrivasse, ho controllato di avere tutto, mi sono fatta un bagno caldo e al suo arrivo, vedendo quanto era agitato l'ho tranquillizzato dicendogli di prepararsi con calma che poi saremmo andati in ospedale.

Arrivati al pronto soccorso del Beauregard, mi hanno fatto un tracciato e visitata, avevo già 4 cm di dilatazione per cui mi hanno portata subito in sala parto e cinque ore dopo è nato Anuel. È stato un parto bellissimo anche perché il papà, essendo vaccinato, ha potuto assistere e stare con noi tutto il tempo fino a sera.

A causa della pandemia le visite parenti non erano permesse, potevano entrare solo i papà per 2 ore al giorno. Nonostante un po' di dispiacere iniziale, soprattutto verso i miei genitori e mia sorella che non vedevano l'ora di conoscere il piccolo, questa cosa ha avuto i suoi **risvolti positivi**: sono stati giorni tranquilli, sereni, dove ho potuto riposare un pochino e godermi il mio bambino. C'è stata anche una **maggiore condivisione con le altre mamme**. Molto diverso era prima della pandemia quando c'erano tanti parenti e amici e il reparto sembrava un vero e proprio mercato.

Credo che la nascita di un figlio sia la cosa più bella che possa capitare ad una donna, io ci ho messo un po' a decidermi: sono sposata da 6 anni, e al contrario di mio marito che era pronto e desiderava molto un figlio, io non ero pronta ad un cambiamento di vita così forte, però ora guardandolo mi dico "ma perché non l'ho fatto prima?".

Credo che ogni cosa arrivi al momento giusto, si vede che per noi il momento era questo.

Vederlo e toccarlo per la prima volta è stato un momento magico, indescrivibile, ho provato una gioia così immensa che mi sono chiesta "ma l'ho fatto io?"

È stata un'emozione grandissima, fantastica, inspiegabile.

Francesca Bertuzzi

FENIS

Me l'hanno attaccato subito al seno, ma aveva un po' di difficoltà respiratoria e l'hanno dovuto portare via per una visita. Subito mi sono preoccupata, ma il fatto che abbiano chiesto a mio marito di andare con loro mi ha tranquillizzata. Dopo qualche minuto sono tornati tutti e due e io ho provato una grande gioia.

I primi due giorni, nonostante grandissime difficoltà di allattamento, non riuscivo proprio a staccarmi da Anuel, più volte mi sono addormentata con lui in braccio, seduta nel letto.

Credevo molto nell'allattamento al seno ma, purtroppo, a causa di una mia forte sensibilità e della sua difficoltà ad attaccarsi, essendo piccolino e un po' pigro, dopo diversi e inutili tentativi e la paura che alla fine non fosse sufficiente, ho dovuto desistere e passare al latte artificiale. Ciò che mi rincuora è vedere le sue guanciotte, anche senza il latte della mamma sta crescendo benissimo.

Vista la bellissima esperienza della gravidanza e del parto stiamo già pensando a un fratellino/sorellina.

Al contrario di mia mamma, io **racconterò ogni cosa di questo periodo**, penso che sia giusto che le generazioni future sappiano cosa è stato questo momento, di **come questa pandemia abbia cambiato le nostre vite**, privandoci della socialità e della condivisione.

di come siano cambiate anche alcune regole e il modo di vivere. Questa esperienza cambiato ognuno di noi. Io sono sempre stata una persona socievole amante delle feste, della gente; da due anni a questa parte se devo entrare in qualche negozio e vedo troppa gente, faccio fatica ad entrare e se non ho veramente necessità lo evito.

All'inizio pensavo che questa pandemia avrebbe tirato fuori il meglio dalle persone e dalle difficoltà di ognuno di noi, invece mi sono accorta che è esattamente il contrario, ho notato in quest'ultimo anno più egoismo, insofferenza, intolleranza e cattiveria. Voglio che Anuel sappia cosa è successo, cosa abbiamo vissuto e patito senza poter vedere i nostri affetti più cari, i genitori, i nonni, gli amici...

Nel marzo del 2020 a inizio pandemia mia sorella viveva a Londra ed è stato davvero brutto saperla lontana, da sola, soprattutto quando si è ammalata di Covid. Ho provato molta paura ed angoscia, l'unica cosa che mi consolava era sapere che non fosse completamente sola in casa, ma che avesse dei coinquilini che, nonostante all'inizio fossero un po' risentiti con lei perché la consideravano un'untrice (anche lei come me è infermiera), a volte le lasciavano pronto qualcosa da mangiare e glielo mettevano davanti alla porta. Io ero l'unica a sapere veramente come stava. Per tutti noi, il fatto che mia sorella fosse così lontana durante il primo periodo della pandemia è stato veramente duro.



Francesca Bertuzzi

FENIS

Mi emozionano ancora nel raccontare queste cose, ma sono cose che vorrei Anuel sapesse.

Ora mia sorella è tornata e fa la zia, una zia meravigliosa e molto premurosa, siamo davvero molto legate.

Durante tutto il primo periodo ho pensato spesso a quanto fossi **fortunata a vivere in un paese, dove chi più chi meno si ha tutti un giardino o un balcone dove poter uscire**, al contrario della città dove la gente, soprattutto in certi quartieri era costretta a convivere in pochi metri quadri chiusi in appartamento in condominio. Un pochino di libertà in più l'abbiamo avuta.

Probabilmente se non avessi aderito a questo progetto di WePro non avrei fatto queste riflessioni così profonde, magari un giorno ci avrei pensato, ma non soffermandomi a riviverle.

Rivivere quei momenti ti dà modo di ricordare per cercare di andare avanti, magari un po' **più consapevole**. Viviamo una vita molto frenetica che non ti dà il modo di soffermarti a pieno su quanto sta succedendo, cosa e come lo stai vivendo, cosa pensi e quali emozioni provi, purtroppo la vita è ormai diventata solo un dover fare dover andare avanti.

La mamma di Francesca

L'ansia mi ha accompagnato durante tutta la gravidanza di mia figlia, per motivi lavorativi non ho potuto seguirla come avrei voluto. Per me è stato molto **doloroso non essere vicino a mia figlia in un momento come il parto**, una mamma ha sempre il piacere di stare vicino alla propria figlia. È stato un momento molto particolare, anche perché abbiamo avuto un lutto in famiglia.

Adesso non passa giorno che io non sia presente per mia figlia e per il piccolo Anuel, fortunatamente non lavoro più e questo mi permette di vivere appieno questo bellissimo momento. Sono molto presente e cerco di dare il mio contributo senza essere invadente perché, giustamente quando il papà ritorna a casa ha bisogno di godere e di vivere i momenti con il proprio figlio e sua moglie.

Stare vicino a mio nipote è una grandissima gioia, e mi manca tantissimo se non riesco a vederlo tutti i giorni.

Speriamo che la pandemia non ritorni di nuovo.

Quando mio nipote Anuel crescerà gli racconterò i vari passaggi della crescita, sperando che tutto questo disastro non torni più. **Eviterei di raccontare tutto sulla pandemia** perché è vero che devono sapere che non ci sono solo i momenti belli nella vita, ma non mi sembra opportuno raccontare tutto quello che abbiamo dovuto vivere. Racconterei tutti gli aspetti della pandemia **qualora la situazione si rappresentasse e cercherei di dare coraggio** e consigli su come affrontarla. Ne parlerei in un **modo leggero** dicendogli che era un periodo difficile ma tutti noi ti siamo stati vicino.

Arianna Ndoja

GRESSAN



Prima del parto, mentre ero ricoverata in ospedale, **mi è mancata tantissimo la presenza del mio compagno**. Essendo alla mia prima esperienza mi sarebbe piaciuto averlo al mio fianco, **per vivere in condivisione i bei momenti, ma anche quelli preoccupanti**.

Le prime ecografie andavano bene, ma poi ci sono stati problemi legati alla crescita della nostra bambina. Anche se il mio compagno non poteva essere presente durante le ecografie per via del Covid, **grazie all'attenzione delle figure professionali mi sentivo più tranquilla e coccolata**. Nei momenti di sconforto le figure professionali c'erano, ma mi mancava la presenza della mia famiglia. Con loro, tramite i messaggi WhatsApp e le videochiamate, dividevo le mie preoccupazioni e le mie paure. I medici hanno poi ritenuto di fare un taglio cesareo d'urgenza dato che la bambina non cresceva più. Anche in questo **momento di grande paura** ho avuto le cure e le attenzioni dei medici, delle infermiere e delle ostetriche.

Purtroppo non ho potuto partecipare al corso pre-parto, che era stato sospeso a causa della pandemia. L'ostetrica mi ha dato tutte le informazioni la sera prima del parto cesareo. Speravo in un parto naturale, ma è andata diversamente.

Ero molto emozionata e contenta di vedere la mia piccola, ma nello stesso momento ero molto preoccupata, impaurita e piena di incertezze, nonostante le rassicurazioni del medico. La mancanza del mio compagno mi ha pesato tantissimo.

Visto che la bambina è nata il 21 ottobre 2020, ho avuto la fortuna di salutare con lo sguardo i miei familiari nel corridoio prima di entrare nella sala parto. Aurora è nata molto piccola e non ho potuto vederla subito perché è stata messa nell'**incubatrice**.

I medici mi hanno informata subito sul suo stato di salute. Da lì a poco ho passato dei momenti durissimi per via di alcune complicanze sorte dopo il cesareo.

Verso le ore 16:00 sono scesa a conoscere mia figlia. **Il nostro primo contatto è stato bellissimo, un incrocio di sguardi, sono sicura che la bambina abbia riconosciuto le mie carezze e la mia voce**. Era piccolissima! La situazione che stavamo vivendo noi tre era molto particolare. Mi ricordo benissimo i cambi dei pannolini attraverso i due buchini dell'incubatrice, il momento del nutrimento attraverso il sondino oppure il fatto che non potevamo prenderla in braccio, almeno nei primissimi giorni, come si fa con i bambini nati a termine.

Adesso la piccola è cresciuta, sta bene e ci riempie di gioia con i suoi bellissimi sorrisi. Io e il mio compagno ringraziamo le figure professionali della Patologia neonatale del Beauregard per l'accoglienza, l'affetto e i preziosi consigli trasmessi con pazienza e delicatezza. Ringraziamo anche i nostri familiari per la loro presenza e le attenzioni dimostrate prima e dopo il parto.

Arianna Ndoja GRESSAN

Quando Aurora crescerà **le dirò che è nata durante un momento molto particolare per tutto il mondo**, dove la vicinanza non poteva mostrarsi con la presenza, ma attraverso le videochiamate.

Racconterò ad Aurora che purtroppo in quel momento la gente non poteva dimostrare il proprio affetto attraverso gli abbracci, i baci, le strette di mano e che non potevamo essere aiutate concretamente come neomamma e neonata nelle piccole, ma importantissime, cose.

Insomma, non abbiamo potuto condividere con gli altri in presenza la gioia di avere Aurora fra le nostre braccia. Comunque sia, l'amore e l'affetto della mamma e del papà non sono mancati e non mancheranno mai! Grazie a questo progetto ho potuto condividere il mio racconto con gli altri rivivendo momenti molto profondi ed emozionanti.



Giorgia Bin JOVENÇAN



Il periodo pre-parto l'ho vissuto con serenità perché ero in forma e mi sentivo molto bene, non vedovo l'ora di conoscere la mia piccolina...

Non mi spaventava il fatto che ci fosse il Covid, forse perché avevo in grembo **la mia piccolina che mi dava forza.**

Il travaglio è stato lungo e il parto doloroso. **Mi è sempre stato accanto il mio compagno che mi ha dato tanta forza.**

Subito dopo avere partorito tutti i dolori sono scomparsi e dimenticati.

Quando Gaia crescerà le dirò che è nata in un'epoca molto particolare, **in piena pandemia da un virus sconosciuto.**

Sicuramente il 2020 sarà un anno indimenticabile sotto tanti punti di vista.

Ho riflettuto tanto, siamo in un'epoca strana, particolare e chissà cosa accadrà in futuro. **Dobbiamo essere ottimisti.**



PARTNER



ENTI ATTUATORI / DELEGATAIRES

