

GRAVIDANZA, PARTO E ALLATTAMENTO AI TEMPI DEL CORONAVIRUS (versione aggiornata al 5 agosto)

12 domande e risposte per i genitori

Care mamme,

negli ultimi tempi sono giunte nuove notizie sui possibili rischi del nuovo Coronavirus per le donne incinte ma a volte mancano informazioni attendibili e consigli pratici per la gravidanza, il parto o l'allattamento. Per una donna sono momenti delicati e scelte difficili e con la situazione di allerta sanitaria attuale, lo diventano ancora di più. Siccome lo scopo principale dell'[Associazione Nascere Bene Ticino](#) (ANBT) è proprio quello di informare e sostenere le donne in maternità, abbiamo consultato la documentazione di varie fonti ufficiali (v. note) e con la collaborazione delle associazioni professionali di ginecologi (AGCT) e [levatrici](#) del Ticino ne abbiamo tratto una sintesi **per rispondere alle vostre domande più frequenti**. Speriamo così di contribuire ad orientarvi affinché possiate mantenere il controllo su questa esperienza cruciale e viverla con serenità, malgrado tutto. Ricordiamo che il parto è un evento fisiologico e che ogni misura e scelta sanitaria che riguarda la mamma e il bebè deve (tranne in interventi di emergenza) esservi spiegata e richiede il vostro consenso informato.

Secondo l'OMS "Ogni donna ha diritto a un'esperienza di parto sicura e positiva, con o senza l'infezione Covid-19"

DAL 5.8.2020 LE DONNE INCINTE RIENTRANO NELLE CATEGORIE A RISCHIO

Ecco le motivazioni dell'Ufficio Federale della Sanità Pubblica (UFSP):

"Questa decisione è stata dettata dal fatto che recenti studi indicano sempre più spesso che le donne incinte malate di COVID-19, rispetto a quelle non incinte della medesima età, possono presentare un rischio più elevato di decorso grave della malattia. Si tratta tuttavia di una minoranza. Secondo gli studi, la maggior parte delle donne incinte con un decorso grave della malattia presentava anche altri fattori di rischio, quali il sovrappeso, l'età avanzata e malattie preesistenti. Un decorso grave della malattia può avere un'influenza negativa sulla gravidanza e sul nascituro.

Rimangono aperti molti quesiti, in particolare per l'insufficienza di dati relativi ai primi due terzi della gravidanza.

Viste le maggiori indicazioni a favore della suddetta ipotesi, la decisione di classificare le donne incinte tra le persone particolarmente a rischio è da considerare come una misura di precauzione."

Concretamente questo significa che anche le donne in maternità sono considerate più vulnerabili perciò vanno protette, anche durante l'attività lavorativa, e devono applicare rigorosamente tutte le misure di igiene raccomandate dalle autorità sanitarie per proteggere loro stesse e gli altri.

1. IN GRAVIDANZA SONO PIÙ ESPOSTA AL CONTAGIO DA CORONAVIRUS?

Allo stato attuale delle conoscenze per le donne in gravidanza non ci sono maggiori probabilità di contrarre la malattia Covid-19 rispetto alle donne non incinte. Tuttavia, donne incinte affette da obesità, ipertensione e/o con età superiore ai 35 anni hanno un rischio più elevato di decorso aggravato in caso di COVID-19. Se si presentassero dei sintomi sospetti di malattia l'OMS raccomanda di dar loro la priorità per l'esecuzione del test (tampone). Per prevenire l'infezione è dunque importante che ti proteggi applicando attentamente tutte le misure di precauzione raccomandate dall'[Ufficio Federale della Sanità Pubblica](#) e dal [Dipartimento Sanità e Socialità del Canton Ticino](#) segnalando rapidamente a chi ti cura eventuali sintomi come febbre, tosse o difficoltà respiratorie.

2. COME PROTEGGERMI DA COVID-19 DURANTE LA GRAVIDANZA?

Per le misure di protezione dal contagio le autorità sanitarie federali e cantonali (v. [Ufficio Federale della Sanità Pubblica](#) e [Dipartimento Sanità e Socialità del Canton Ticino](#)) raccomandano di lavarsi spesso le mani e non toccarsi il viso, tossire e starnutire nel gomito e in fazzoletti poi eliminati, evitare i contatti con persone malate e ridurre al minimo quelli non indispensabili, mantenere sempre le distanze fisiche (possibilmente 2 metri) e indossare la mascherina quando ciò non è possibile. È quindi meglio che riduci al minimo i rischi rimanendo il più possibile a casa e rinviando incontri e visite di parenti e amici almeno fino a quando questo periodo di pandemia sarà passato. Anche il datore di lavoro ha l'obbligo di proteggere la tua salute adottando tutte le misure necessarie sul posto di lavoro oppure il telelavoro. Sta al ginecologo curante valutare il tuo stato di salute e se necessario, il medico è autorizzato a richiedere che vengano modificate le condizioni di lavoro o a pronunciare un divieto di occupazione.

3. POSSO CONTINUARE CON LE VISITE DI CONTROLLO E I CORSI PRE-PARTO?

Vista la situazione, anche in Ticino i controlli di gravidanza sono un po' diradati ma continuano a essere fatti sia nello studio medico del/la proprio/a ginecologo/a (fino alla fine della gravidanza), sia in uno studio di levatrici, oppure al proprio domicilio da parte della levatrice di fiducia. I corsi preparto negli ospedali sono generalmente sospesi perciò informati presso la tua levatrice o il/la ginecologo/a perché puoi forse seguirne uno in uno studio di levatrici oppure uno interattivo online. Singole levatrici e doule possono aiutarti individualmente a prepararti per il parto.

4. COSA CAPITA SE RISULTO POSITIVA AL CORONAVIRUS?

Secondo studi recenti le donne incinte con specifici fattori di rischio che hanno contratto l'infezione Covid-19 possono presentare un rischio più elevato di decorso grave della malattia e questo potrebbe avere un influsso negativo sulla gravidanza e sul nascituro. Per questo le donne gravide e i rispettivi nascituri sono considerati vulnerabili durante questa epidemia. Tuttavia, secondo gli studi recenti, la maggior parte delle donne incinte con un decorso grave della malattia presentava anche altri fattori di rischio, quali il sovrappeso, malattie preesistenti e l'età avanzata. Si tratta dunque di una minoranza. Anche la dr.ssa Canonica, primaria della maternità EOC di Bellinzona, riferisce che comunque, nel 95% dei casi di donne incinte con Covid-19, il decorso è blando. In generale, la situazione di ogni donna in gravidanza deve essere valutata individualmente perché è noto che il suo corpo e sistema immunitario subisce importanti cambiamenti. Perciò in caso di contagio da Coronavirus la gravidanza deve essere strettamente monitorata, in particolare con un'ecografia ogni quattro settimane. Inoltre, dovrai applicare tutte le misure di precauzione raccomandate dalle autorità federali e cantonali e dal tuo medico come l'autoisolamento per almeno 10-14 giorni esteso anche a chi vive insieme a te. Se i sintomi dovessero peggiorare chiama subito il tuo medico che valuterà la necessità di procedere a nuovi esami o a un ricovero.

5. POTREI PASSARE IL CORONAVIRUS AL BAMBINO CHE HO IN GREMBO?

Allo stato attuale delle conoscenze la possibilità di una trasmissione del virus da madre a feto durante la gravidanza non è esclusa: alcuni studi descrivono neonati positivi da gestanti con Covid-19 nati con parto sia vaginale, sia cesareo. Comunque, anche in presenza di anticorpi nel sangue del bambino l'evoluzione neonatale è generalmente favorevole. Non si hanno ancora dati chiari su quali potrebbero essere gli esiti della malattia nelle donne in gravidanza che hanno contratto il virus nel primo e secondo trimestre di gravidanza.

È comunque importante rilevare che i neonati che hanno contratto il Covid-19 dopo la nascita stavano bene. Questo significa che se anche tu hai contratto la Covid-19 è poco probabile che ci siano problemi per lo sviluppo del tuo bambino. Sarà però importante prendere tutte le precauzioni necessarie per non contagiarlo.

6. DOVE MI CONVIENE PATORIRE IN TEMPI DI CORONAVIRUS?

Per le donne che non sono contagiate dal Coronavirus e con gravidanza a basso rischio (perché fisiologica) NON ci sono raccomandazioni particolari. Possono partorire in uno dei consueti punti nascita EOC (compresi Locarno e Mendrisio che hanno riaperto i loro reparti maternità), in una clinica (Santa Chiara e Sant'Anna), a domicilio o in una casa nascita con l'assistenza della propria levatrice. Scegliere il parto a domicilio per paura di un contagio in ospedale non è sbagliato, ma non è una ragione sufficiente se poi non ti senti al sicuro. Pensaci bene, parlane con il tuo partner, la tua

levatrice e il tuo medico perché è importante che tu ti senta tranquilla e serena il giorno che darai alla luce la tua creatura. Se tu fossi positiva al Coronavirus, anche se non hai sintomi, non potrai partorire a domicilio o in casa nascita.

7. COME POSSO PARTORIRE SE HO CONTRATTO LA COVID-19?

I protocolli applicati non sono identici in tutte le maternità ticinesi. In generale in assenza di problemi polmonari il parto si svolge normalmente secondo le preferenze della donna. La clinica Sant'Anna di regola trasferisce a un'altra struttura le donne con Covid-19 o relativi sintomi. Le maternità EOC e la clinica Santa Chiara accettano anche le donne positive al Coronavirus. Nell'EOC vengono preferibilmente indirizzate alla maternità di Bellinzona.

Avere la Covid-19 NON è un'indicazione sufficiente per procedere al taglio cesareo che sarà praticato solo per ragioni ostetriche o nei casi di infezione grave con forte peggioramento dello stato generale. In effetti, un cesareo potrebbe peggiorare la prognosi materna e neonatale. Alcune fonti sconsigliano anche le induzioni e i cesarei programmati per non anticipare il rischio di trasmissione dell'infezione nell'ospedale. Rimane invece consigliato il taglio ritardato del cordone raccomandato dall'OMS per prevenire l'anemia del neonato.

L'OMS ricorda che anche la donna con Covid-19 deve essere trattata con rispetto e dignità, ricevere comunicazioni chiare, avere accanto la persona di sua scelta e poter usufruire di soluzioni adeguate a controllare il dolore, per muoversi liberamente durante il travaglio e scegliere la posizione preferita per il parto. Nei reparti di maternità dell'EOC è previsto un percorso specifico per evitare un possibile contagio con le altre utenti del servizio. In qualsiasi caso saranno applicate rigorosamente le precauzioni necessarie per evitare di contagiare le persone che ti assistono.

8. IL BAMBINO SARÀ SEPARATO DA ME PER EVITARE IL CONTAGIO?

Su questo punto non c'è unanimità fra gli esperti e i protocolli delle maternità ticinesi possono differire (informati prima) comunque la scelta spetta alla donna. Negli ospedali EOC si applicano le raccomandazioni di OMS, UNICEF (ospedale amico del bambino) e della maggior parte delle fonti autorevoli del mondo occidentale: garantire anche alle mamme con Covid-19 l'immediato contatto pelle a pelle e l'inizio dell'allattamento esclusivo tranne nei casi in cui le condizioni materne o neonatali non lo permettano. Dopo il parto le mamme con Covid-19 vengono isolate in una camera insieme al bambino. Il motivo è che i benefici per il neonato del contatto continuo con la mamma sono maggiori rispetto al rischio di essere contagiato dal coronavirus. Anche nella clinica Santa Chiara si incoraggia l'allattamento al seno e la mamma può scegliere di tenerlo in camera con sé. In generale ti sarà comunque raccomandato di rispettare tutte le precauzioni necessarie (distanza fisica o mascherina, disinfezione delle mani e delle superfici di contatto, ecc.) per non contagiare il tuo bebè.

9. IL PAPÀ PUÒ ASSISTERE AL MIO PARTO E FARMI VISITA?

Per la Società Svizzera di Ginecologia e Ostetricia così come per l'OMS, la presenza del partner durante il parto è importante per garantire sostegno alla donna e questo deve essere consentito anche alle donne con COVID-19, a condizione che il loro stato di salute sia sufficientemente buono. Secondo la direttiva dell'Ufficio del Medico Cantonale i papà sono ammessi al parto, conformemente alle disposizioni delle rispettive direzioni sanitarie di Ospedali e Cliniche. Se il papà fosse positivo al Coronavirus saranno applicate disposizioni particolari sulle quali sarai informata direttamente dal personale curante della maternità di tua scelta. Lo stesso vale per la tempistica e le modalità di presenza dei papà in sala parto e in reparto maternità. Le visite dei famigliari nei giorni successivi saranno limitate allo scopo di diminuire i rischi di infezioni portate dall'esterno perciò se sei in buona salute, sarai incoraggiata a rientrare il più presto possibile al domicilio.

10. SE SONO POSITIVA AL CORONAVIRUS POSSO ALLATTARE?

L'allattamento al seno è particolarmente indicato per lo sviluppo del sistema immunitario del neonato e dall'inizio dell'epidemia non è mai stato trovato il virus nel latte materno. Per questa ragione la maggior parte delle società professionali di ginecologi e levatrici e degli enti sanitari, a cominciare dall'[OMS](#), raccomandano a tutte le donne di allattare il bebè sin dalla prima ora dopo la nascita e in maniera esclusiva per almeno 6 mesi. Questo vale anche per le mamme affette da Covid-19 purché rispettino le precauzioni necessarie per non contagiare il neonato (mascherina, lavaggio delle mani e disinfezione dei capezzoli). Se per te non fosse possibile è consigliato l'uso del tiralatte con contenitori rigorosamente sterilizzati.

11. UNA VOLTA A CASA COME POSSO PROTEGGERE IL MIO NEONATO?

Dipende se qualcuno della famiglia è infetto. Se non è il caso, valgono le raccomandazioni generali delle autorità sanitarie: lavarsi spesso le mani con sapone e acqua tiepida, non toccarsi il volto, mantenere le distanze fisiche, indossare la mascherina dove è richiesto, evitare gli assembramenti, ecc. Se ci fosse qualcuno di infetto in famiglia per evitare il contagio occorre separarvi all'interno dell'alloggio seguendo una serie di procedure che ti saranno indicate dal personale curante.

Se invece tu fossi positiva al Covid-19 dovrai applicare tutte le misure per evitare di contagiare il tuo bebè (igiene delle mani prima e dopo il contatto, utilizzo della mascherina chirurgica e disinfezione delle superfici quando entri in contatto con lui, distanza di 1,5 m quando è possibile). In questo caso il tuo bambino sarà monitorato anche una volta tornati a casa.

Con o senza Covid-19 a domicilio potrai essere seguita dalla tua [levatrice di fiducia](#) e dall'infermiera pediatrica ([QUI](#) puoi trovare i recapiti utili) entrambe le prestazioni sono interamente coperte dall'assicurazione di base LaMal oppure dal Cantone. Se tu o un tuo familiare siete positive al Coronavirus levatrici e infermiere metteranno i dispositivi di protezione individuali per prevenire il contagio e con la vostra collaborazione applicheranno le modalità di igiene accresciuta richieste dalla situazione.

12. COME POSSO FARE SE PROVO COMUNQUE ANSIA E PAURA?

Anzitutto non sentirti in colpa, quello che provi non è un capriccio e meriti tutta la comprensione e il sostegno possibile perché stai vivendo uno dei momenti più importanti e delicati della tua vita in situazione straordinaria di pandemia! Rimani in contatto con la [tua levatrice](#) di fiducia e/o con [la tua doula](#) perché possono rassicurarti e sostenerti anche sul piano emotivo. Se necessario puoi rivolgerti ad altre figure professionali come i tuoi medici curanti (ginecologo/a o medico di famiglia che possono indicarti a chi puoi rivolgerti per un sostegno) o un/a psicoterapeuta tramite i servizi cantonali preposti ([QUI](#) e [QUI](#) trovi alcuni recapiti utili). Per contrastare il senso di solitudine che in questi tempi potresti provare durante l'attesa o dopo il parto puoi partecipare agli incontri settimanali "Da mamma a mamma" che l'Associazione Nascere Bene Ticino organizza in collaborazione con la Casa Maternità e Nascita a Lugano e con lo Studio levatrici a Bellinzona. A causa della pandemia hanno ripreso con un numero limitato di presenze perciò ora è necessario iscriversi all'indirizzo segreteria@nascerebene.ch. Potrai rimanere aggiornata seguendo la nostra pagina FB. Intanto ti proponiamo di leggere [QUI](#) le sagge parole scritte da una psicologa e pubblicate dalla rivista Uppa.it. Ti auguriamo tanta forza e serenità perché anche quelle aiutano il tuo sistema immunitario a proteggerti da virus e malattie.

Per approfondire puoi consultare la documentazione seguente

[Ufficio Federale della Sanità Pubblica, Covid-19 e Gravidanza \(5-8-2020\)](#)

[SSGO Ginecologia Svizzera: infezione da Coronavirus COVID-19, gravidanza e parto, informazioni per le pazienti \(versione dell'12.08.2020\)](#)

[Intervista della dr. Canonica, primaria della maternità EOC di Bellinzona sul decorso in caso di Covid-19 in gravidanza.](#)

[OMS domande e risposte su gravidanza, parto e allattamento \(documento del 18.3.2020\)](#)

UNICEF, [consigli per i genitori](#)

[Royal College of Obstetricians and Gynaecologists, Royal College of Midwives and Royal College of Paediatrics and Child Health, Information for pregnant women](#)

Collaborano alla diffusione di queste informazioni:

