



CORSO ACCOMPAGNAMENTO ALLA NASCITA

Il sostegno del papà in sala parto

Il parto rappresenta un momento di grande transizione che, nella donna, nel neonato e nell'uomo produrrà cambiamenti non solo biologici, ma soprattutto personali, sociali e psicologici. Come tutti i riti di passaggio nelle varie culture, anche il parto rappresenta un'occasione per la trasmissione di valori elaborati socialmente.

In questa stanza magica chiamata sala parto, essenzialmente avvengono due fenomeni: una donna partorisce suo figlio, un bimbo viene alla luce. Ma possiamo considerarne anche un terzo: un uomo diventa padre, se è presente. Ed è sempre in questa stessa stanza che si deciderà il loro comportamento futuro, che noi ci auguriamo possa essere sereno ed equilibrato.

Alla luce di questo, ci sono diversi modi oggi di affrontare il tema del sostegno del padre in sala parto. Quello che maggiormente noi ostetriche intendiamo rafforzare e stimolare, è dato dalla possibilità di una partecipazione attiva al travaglio e al parto, che sostanzialmente si traduce nel sostegno alla donna e nell'accoglienza del bambino, stabilendo con essi un senso di continuità e appartenenza fondamentale.

La questione infatti, non può ridursi al solo ingresso in sala parto, ma è strettamente connessa a come il padre ha vissuto la gravidanza, a che tipo di rapporti ha stabilito con la sua compagna e al tipo di percorso psicologico e umano vissuto sino a quel momento. Tanto è vero che la sua partecipazione all'evento nascita, può risultare addirittura dannosa, se questa non viene vissuta con consapevolezza all'interno della coppia, essendo piuttosto frutto del benessere del personale sanitario.

Ma entriamo nel vivo!

In che modo il papà può concretamente esprimere il suo sostegno?

Mostrando attenzione ai bisogni della propria compagna, incoraggiando le sue potenzialità e competenze e aiutandola ad assecondare i segnali trasmessi dal suo corpo.



CORSO ACCOMPAGNAMENTO ALLA NASCITA

CONSIGLI PRATICI :

Potrete massaggiare la vostra compagna, per consentirle un più facile rilassamento tra una contrazione e l'altra .

Siate flessibili e pronti ad accettare che il travaglio possa protrarsi a lungo, e perciò potrà essere utile fornire, ove concesso snack graditi . Così pure si rivelerà molto utile rinfrescare il viso della mamma con un panno bagnato, aiutandola nelle tecniche di rilassamento e respirazione appresi insieme.

Accettate la possibilità di malumori e momenti di rabbia inaspettati, cercando di non offendervi ma piuttosto mostrandovi comprensivi, sostenendo la fase espulsiva nelle posizioni più confortevoli che la mamma vorrà assumere.

Caro papà, portati un cambio comodo, prenditi cura di te. Il tuo benessere e la tua calma potranno solo giovare alla futura mamma! Sii pronto al cambiamento, alle sorprese e alla possibilità di dover aspettare. Mai come in questo periodo di emergenza sanitaria, ci sentiamo di ricordarti quanto è importante il tuo ruolo di papà, e seppure la tua presenza non dovesse essere garantita, ci auguriamo che le nostre parole ed i nostri consigli possano aiutarti in questo grande compito, rendendoti complice e mediatore quando servirà, e facendoti da parte se necessario.

Ost. Maria Francesca Ferrari