

Ostetricia  
& Ginecologia

ISTITUTO PER LA SICUREZZA SOCIALE  
REPUBBLICA DI SAN MARINO

ISS  
Istituto per la Sicurezza Sociale

[www.ostetriciaeginecologia.sm](http://www.ostetriciaeginecologia.sm)



Al servizio  
della Donna

0549/994506

[ostetricia.ginecologia@iss.sm](mailto:ostetricia.ginecologia@iss.sm)  
[info@ostetriciaeginecologia.sm](mailto:info@ostetriciaeginecologia.sm)

## Finalità del corso

L'UOC di Ostetricia e Ginecologia della Repubblica di San Marino organizza, a cicli continui, corsi di preparazione alla nascita condotti da Ostetriche, con le quali collabora il Neonatologo, ed il personale per l'assistenza al post-parto.

I corsi di preparazione alla nascita permettono ai genitori in attesa di:

- Condividere emozioni ed esperienze, sentirsi coinvolti e partecipi, discutere qualsiasi argomento con persone qualificate e competenti in un clima di accoglienza, disponibilità e rispetto.
- Conoscere i vari momenti del travaglio e del parto fisiologico, le risorse naturali cui attingere per viverlo al meglio in modo consapevole (respirazione, postura e movimento), le incognite e le possibili problematiche, riflettere sulla partecipazione del futuro papà;
- Ricevere informazioni sull'assistenza alla donna (parto spontaneo e taglio cesareo) e sulla sorveglianza del benessere fetale
- Approfondire la conoscenza del bambino e delle possibilità di comunicare con lui già prima della nascita
- Prepararsi al periodo che segue la nascita di un figlio (allattamento, incontro e crescita del rapporto con il neonato, disforia puerperale, sessualità);
- Conoscere e visitare la struttura dove s'intende partorire, incontrare il personale, essere informati sulle opportunità offerte dall'ospedale.



- Esprimere i propri timori e incertezze sui cambiamenti che percepiscono: fisici, psicologici e relazionali, confrontando la propria esperienza con quella di altre donne che intraprendono lo stesso percorso.
- Prendere confidenza con le dinamiche del travaglio e del parto, sperimentare metodi e tecniche che possono produrre un miglior controllo del dolore e una buona collaborazione attiva.
- Ricevere informazioni sull'educazione perineale pre e post parto.



ISS  
Istituto per la Sicurezza Sociale

## CORSI DI PREPARAZIONE ALLA NASCITA



I CORSI SI TERRANNO PRESSO

**CENTRO SALUTE DONNA  
PALESTRA FISIOTERAPIA  
dalle 17:00 alle 19:00**

## La parte pratica



## Argomenti trattati

Ogni incontro si compone di quattro momenti:

- **APERTURA**
  - **ARGOMENTO DEL GIORNO**
  - **LAVORO SUL CORPO - RILASSAMENTO**
  - **CHIUSURA**
- 
- Illustrazione, dal parte dell'ostetrica conduttrice del corso, degli argomenti trattati, della loro successione e della presenza o meno del compagno agli incontri, Presentazione delle coppie con relative motivazioni alla partecipazione al corso.
  - Illustrazione e consigli sul corredo neonatale e sull'occorrente per la degenza della mamma con relativo materiale da visionare.
  - Cenni di anatomia e fisiologia dell'apparato genitale femminile. Spiegazione delle trasformazioni in gravidanza e condivisione da parte delle partecipanti dei propri cambiamenti.
  - Presa di coscienza della muscolatura perineale e della sua importanza, con relativi esercizi mirati all'apertura e chiusura del perineo e del bacino.
  - Spiegazioni delle fasi del travaglio e del parto, consigli su come affrontarlo al meglio con illu-

strazione delle possibili posizioni da assumere.

- Illustrazione del taglio cesareo, motivazioni possibili dell'intervento e procedimenti ospedalieri attuati.
- Incontro con le coppie incentrato sul ruolo del padre o della persona che accompagnerà la mamma durante il travaglio, con relativa visita in sala parto-travaglio.
- Accettazione e funzione del dolore in travaglio associato a tecniche di rilassamento e respirazione.
- Allattamento al seno, l'importanza del latte materno e i benefici della donna e del neonato.
- Incontro con il pediatra sulla gestione del neonato dalla nascita alla dimissione, risoluzione e discussione di eventuali dubbi.
- Incontro con le ostetriche del Centro Salute Donna per la presentazione del centro e dei servizi offerti: assistenza al puerperio anche a domicilio, massaggio del neonato e ginnastica perineale di gruppo.
- Incontro post-parto aperto alla coppia per elaborare e raccontare sensazioni positive e negative dell'esperienza dell'essere diventata madre e padre.