

1° INCONTRO: Presentazione del gruppo e del corso

Consegna cartelline e spiegazione burocrazia
Igiene della gravidanza
Raccomandazioni per il terzo trimestre

2° INCONTRO: Iniziamo a prepararci

Cosa metto in valigia
Cosa preparo a casa
Dove andrò a partorire e perché
Un po' di anatomia

3° INCONTRO: Dai prodromi al travaglio

Periodo prodromico: cos'è
Come possono iniziare i prodromi
Gestione prodromi
Cosa può fare chi mi sta accanto
Quando andare in ospedale
Chi incontrerò in ospedale: ruoli
Cosa succede quando arrivo in reparto
Come è organizzato il Punto Nascita dell'Ospedale "Sacro Cuore"
Tappo mucoso
Rottura delle membrane

4° INCONTRO: Fisiologia delle varie fasi del travaglio

Emozioni e risorse a disposizione nelle varie fasi del travaglio
Il dolore, perché e come gestirlo
Cosa può fare chi mi sta accanto
Parto in acqua
Bonding e contatto pelle a pelle
Punteggio di APGAR
Prima visita al bambino in sala parto e successivi controlli in reparto
Post parto

5° INCONTRO: Gli imprevisti

Induzione del travaglio
Parto operativo (ventosa ostetrica e taglio cesareo)
Parto dopo taglio cesareo
Secondamento manuale
Episiotomia, quando e perché
Lacerazioni perineali
E se nasce prima o viene trasferito in patologia neonatale?

6° INCONTRO: Fisiologia dell'allattamento materno esclusivo (Linee Guida UNICEF)

Importanza e fisiologia dell'allattamento materno esclusivo
Segnali di fame, posizione e attacco, segni di un adeguato apporto nutritivo
Spremitura manuale
Alimentazione e farmaci in allattamento

7° INCONTRO: Possibili problematiche dell'allattamento e del ritorno a casa

Come gestire e risolvere possibili problemi dell'allattamento
Puerperio
A casa con il bimbo: una giornata tipo
Condivisione del letto
Gestione visite e parenti
Baby blues, la malinconia del puerperio
Come coinvolgere il papà ed eventuali fratelli
Riequilibrare la coppia

8° INCONTRO: Riepiloghiamo

Ripasso mediante discussione in gruppo di casi clinici
Incontro con mamme e neonati e confronto con loro
Ringraziamenti e saluti