

TRAVAGLIO E PARTO IN ACQUA

Contatti

Per approfondimenti sul travaglio e parto in acqua:

Legnago: ostetricalegnago@aulss9.veneto.it

0442 622214

Coordinatrice: **Alessandra Campo**

Molte donne in gravidanza trovano piacevole l'utilizzo dell'acqua calda per rilassarsi e per alleviare il peso della pancia.

Il **Parto in acqua**, nel rispetto dei criteri clinici di sicurezza rappresenta un'esperienza unica che contribuisce a rendere ancora più speciale il primo incontro tra il bambino e la coppia.

I benefici per la madre

L'acqua rappresenta un metodo analgesico naturale per affrontare le contrazioni del travaglio e parto senza condizionare il suo decorso.

L'utilizzo della vasca per il travaglio e/o parto:

- ◆ può favorire la produzione e il rilascio di **endorfine** (inibitori naturali del dolore) e quindi promuove un maggior rilassamento;
- ◆ può accorciare i tempi del travaglio e dà alla madre una maggiore sensazione di controllo sul proprio corpo;
- ◆ può far risparmiare energie;
- ◆ può ridurre la richiesta di farmaci analgesici e dell'epidurale;
- ◆ può promuovere il rilassamento muscolare generale, in particolare della zona perineale e dei muscoli pelvici;
- ◆ In acqua il bacino è più mobile e ciò può facilitare la discesa del feto nel canale del parto.



Una nascita
dolce,
fisiologica
e sicura



Altri vantaggi per la partoriente

Ulteriori vantaggi del travaglio e parto in acqua riguardano la **maggior intimità** che l'immersione garantisce alla donna, la riduzione delle inibizioni e delle paure e la protezione dalle interferenze esterne, portando ad una maggiore soddisfazione materna ed esperienza più positiva del parto.

L'acqua ha anche importanti effetti emodinamici: il galleggiamento sostiene il peso della donna riducendo l'opposizione alla gravità, diminuisce la pressione addominale sulla vena cava e sull'aorta migliorando la circolazione feto-placentare.

I benefici per il neonato

Il parto in acqua assicura al nascituro una nascita più dolce e meno traumatica: il passaggio dal liquido amniotico all'acqua della vasca, infatti, rappresenta un continuum ideale dell'ambiente in cui il bambino è cresciuto per 9 mesi. I vantaggi sono:

- ♦ una **migliore circolazione fetale**;
- ♦ un **passaggio più graduale** dalla vita intrauterina a quella extrauterina;
- ♦ l'**agevolazione dei primi sforzi respiratori** grazie all'umidità dell'ambiente acquatico;
- ♦ il **mantenimento della temperatura corporea** del bimbo/a e la prevenzione dell'ipotermia.

Ci sono dei rischi?

Le ricerche non mostrano un aumento di eventi avversi sulla mamma o sul bambino associate al travaglio e/o parto in acqua.

I rischi sono sovrapponibili a quelli di qualsiasi altra modalità di parto fisiologico:

- ♦ **Nessun aumento di emorragia post parto.**
- ♦ **Non peggiora la gravità** di eventuali lacerazioni al perineo
- ♦ **non aumenta la possibilità di contrarre un'infezione**; le vasche vengono pulite e disinfettate dopo ogni uso ed è previsto l'utilizzo di filtri per mantenere l'acqua decontaminata dagli agenti batterici.

Se prima o durante il travaglio compaiono segni di sospetta infezione l'immersione viene sconsigliata o sospesa.

Durante il travaglio il battito del bambino viene monitorato spesso, con le stesse tempistiche del parto fuori dall'acqua.

Anche se il piccolo nasce in acqua si riescono ad eseguire i controlli di routine per valutare il suo stato di benessere, il parto in acqua non aumenta la possibilità di un ricovero del neonato in terapia intensiva neonatale.

Parto in acqua: qual'è il momento giusto per immergersi?

All'interno del nostro Punto Nascita è possibile l'utilizzo della **Vasca** sia per il travaglio che per il parto. Non è necessario prenotare prima la vasca.

Tutte le ostetriche sono formate e al momento del travaglio, se lo vorrete potrete chiedere l'immersione.

A travaglio avviato sarà possibile chiedere di usare la vasca.

Sarà necessario aspettare che la vasca si riempia (30 min circa) e arrivi a temperatura (36°C) prima di poterla utilizzare.

Parto in acqua: chi può accedervi?

Le donne possono accedere al parto in acqua se rispecchiano i criteri d'inclusione previsti dall'istruzione operativa dell'unità assistenziale.

- ♦ il **feto singolo e in posizione cefalica** (a testa in giù),
- ♦ **gravanza fra le 37 e le 41+6 settimane**,
- ♦ **membrane rotte (PROM) da meno di 24 h**,
- ♦ **liquido amniotico limpido**,
- ♦ il **feto con tracciato cardiocografico (CTG) rassicurante**,
- ♦ **mamma con parametri vitali regolari e stabili**,
- ♦ **travaglio in regolare evoluzione**.

Negli altri casi si può comunque valutare l'immersione in acqua durante il travaglio ed eventualmente l'assistenza al parto in maniera tradizionale. In tal modo, si potrà garantire la massima sicurezza al parto della mamma e del bambino, che allo stesso tempo avranno giovato dei benefici dell'acqua in travaglio.

Non esistono restrizioni al tempo di immersione ma l'ostetrica potrebbe suggerirvi di uscire dall'acqua se individua delle condizioni che necessitano una valutazione più accurata.

Inoltre, ci sono delle contrindicazioni anche per il travaglio in acqua, parlarne con la tua Ostetrica o scrivici per maggiori informazioni.

Devo portare qualcosa?

Vi metteremo a disposizione un accappatoio, si consiglia di portare ciabatte in gomma.

L'ambiente sarà molto caldo, potrebbe essere utile un ventaglio, dell'acqua fresca, succhi di frutta e barrette energetiche.

Se gradite una particolare profumazione potrete portare i vostri oli essenziali preferiti.

