



Perdere un figlio non ancora nato è per i genitori un grosso shock.

La perdita di un figlio

In Svizzera una gravidanza su quattro o cinque termina con un aborto spontaneo precoce. Non esistono dati precisi in merito. La levatrice Anna Margareta Neff Seitz, responsabile del centro di competenza di Berna per la perdita di un figlio durante la gravidanza, il parto e nei primi mesi di vita, stima che ogni anno circa 20 000 genitori vivono questa esperienza. Stando all'Ufficio federale di statistica, nel 2021 in Svizzera sono stati 395 i bambini nati morti.

CAUSE

Anna Margareta Neff Seitz spiega che per circa la metà di tutti gli aborti spontanei e i nati morti non c'è una spiegazione medica. I problemi possono sorgere già al momento del concepimento impedendo al feto di svilupparsi in modo sano e agli organi di formarsi cor-

rettamente. Tra le cause più frequenti figurano l'alterazione della divisione cellulare all'inizio della gravidanza o una malformazione del feto. In casi rari anche un'infezione contratta dalla gestante può causare l'aborto spontaneo. Se l'aborto spontaneo è precoce, di solito non se ne ricerca il motivo. Solo dopo diversi aborti si cerca di determinare la causa che provoca il decesso così precoce del feto nel grembo materno.

La causa del bambino nato morto può derivare da problemi della barriera placentare o della coagulazione sanguigna. Spesso le cause rimangono sconosciute anche quando il feto muore nella seconda metà della gravidanza.

SINTOMI DI ABORTO SPONTANEO

Se il feto muore nel grembo materno, in genere dopo qualche tempo scompaiono i sintomi della

gravidanza come nausea e sento. A seguito del calo degli ormoni della gravidanza, in pancia qualcosa comincia a muoversi e compaiono dolori che la donna paragona a quelli mestruali e/o possono verificarsi sanguinamenti vaginali. Quando il feto non mostra più segni di vita, l'utero comincia a contrarsi per preparare il corpo al parto. A seconda della settimana di gestazione e del momento della diagnosi, possono occorrere fino a sei settimane prima che si abbiano perdite di sangue o contrazioni. Non tutti i sanguinamenti però sono sintomo di aborto spontaneo. Secondo Anna Margareta Neff Seitz il sanguinamento può ad esempio essere causato anche da un leggero distacco marginale della placenta dall'utero.

PRASSI IN CASO DI ABORTO PRECOCE

Di solito quando un feto smette di vivere in utero non vi è urgenza. I futuri genitori possono prendersi tutto il tempo necessario per elaborare lo shock iniziale. È importante che vengano informati bene sulle diverse opzioni disponibili e che si facciano aiutare da una levatrice. Anna Margareta Neff Seitz spiega: «La donna deve (ri)appropriarsi del proprio corpo e poter decidere come procedere». In caso di aborto precoce è possibile aspettare che le contrazioni inizino spontaneamente. Se però ciò non accade, possono essere indotte con i farmaci. Vi è inoltre la possibilità d'intervenire chirurgicamente con un raschiamento dell'utero, il cosiddetto curettage, che ➔

Per molte coppie l'aborto spontaneo è il peggior incubo.



Lo sapevate che...

...la legislazione svizzera considera la gravidanza una malattia fino alla fine della 12ª settimana e che la gestante deve partecipare ai costi con l'aliquota percentuale e la franchigia?



{Info}

Definizione di aborto spontaneo e nato morto

Se un bambino muore prima della fine della 12ª settimana di gravidanza si parla di aborto precoce. È invece un aborto tardivo se la morte sopravviene prima del termine della 22ª settimana. Si parla di nato morto se il bambino nasce privo di vita dopo l'inizio della 23ª settimana.



viene effettuato in anestesia parziale o totale.

SINTOMI DI MORTE FETALE

A partire dalla 20ª settimana circa la gestante sente i movimenti del bambino nella pancia. Se il feto smette di muoversi o la sensazione nel grembo materno è diversa, molte gestanti si preoccupano e si sottopongono a un'ecografia. La cessazione del battito cardiaco del bambino getta i futuri genitori nella disperazione, che spesso agiscono in totale stato di shock. Anna Margareta Neff Seitz consiglia ai genitori che si trovano a vivere questa esperienza di non darsi fretta: «È fondamentale superare lo shock iniziale e ricomporsi anziché cercare di togliersi il pensiero il più rapidamente possibile». Di solito avere un bambino morto in grembo non comporta rischi per la salute se si è assistiti da un medico.

CESAREO POSSIBILE?

Fino a pochi anni fa per partorire il bambino morto alle donne veniva proposto il taglio cesareo. «Oggi per fortuna questa pratica è stata abbandonata», spiega Anna Margareta Neff Seitz. Attualmente si sa che poter agire in autonomia, concedersi il tempo di riprendersi dallo shock e lasciare che l'organismo della donna avvii il parto può fare solo bene ai genitori che hanno perso un figlio prima che venisse al mondo. Ogni parto, anche con un bambino nato morto, attiva determinati processi ormonali che possono essere di sostegno e preziosi per i primi giorni dopo l'accaduto.

BISOGNI DELLE PERSONE COINVOLTE

L'esperta sa per esperienza che il dolore non è minore se il feto muore precocemente. Ecco perché le affermazioni come «Sii felice che sia morto così presto» possono fare molto male. Una donna incinta si sente madre indipendentemente dalla settimana alla quale partorisce il suo bambino. La levatrice riconosce però che un bambino nato morto a uno stato relativamente avanzato sia una situazione del tutto diversa, perché l'attaccamento al piccolo è più forte viste le dimensioni del pancione e tutto l'occorrenza per il suo arrivo già pronto.

La levatrice può stare accanto ai futuri genitori in caso di aborto e morte fetale e sostenerli nel processo del distacco. Ma cosa possono fare invece gli amici e i parenti per i genitori che hanno perso il bambino? Con i genitori che hanno saputo che il loro bambino è morto in grembo, Anna Margareta Neff Seitz consiglia di comportarsi come se avessero perso un figlio già venuto al mondo, ponendo ad esempio anche domande sul piccolo.

NON COSÌ!

Spesso quando vi è un aborto spontaneo o morte fetale familiari e amici sono sopraffatti e di scarso aiuto. Ai genitori in lutto può sembrare addirittura offensivo se il prossimo si comporta come se nulla fosse, fa finta di niente o commenta l'accaduto con riflessioni sminuenti come «In fondo non è mai realmente vissuto» o «Rimarrai presto di nuovo incinta». I consigli dati con le migliori intenzioni quali «Cerca di rimanere subito incinta»

o «Devi pensare positivo» sono tanto inadatte quanto le frasi retoriche («Il tempo aggiusta tutto») o i tentativi di dare un senso all'accaduto («Dio ha voluto così»). Assumere tranquillanti o sonniferi senza prescrizione medica, consumare alcolici, rifugiarsi nel lavoro o essere troppo attivi può ostacolare l'elaborazione del lutto. Per i genitori in lutto può essere di grande utilità appoggiarsi a qualcuno che li sostenga senza elargire troppi consigli. Questo può aiutarli a sfruttare le proprie risorse.

DOPO L'ACCADUTO

A seconda del datore di lavoro, dopo un aborto spontaneo i ge-

nitore hanno diritto a tre giorni liberi come in caso di decesso di un parente stretto. Anna Margareta Neff Seitz consiglia alle mamme, e a seconda della situazione anche ai papà, di farsi prescrivere dal ginecologo o dal medico di famiglia un congedo per malattia a seguito dell'aborto subito per poter elaborare il lutto e dare spazio alla perdita.

Dopo un figlio nato morto la donna ha diritto per legge a un congedo di maternità pagato di 14 settimane. Conformemente alla legislazione svizzera in vigore attualmente, il diritto al congedo parentale non è invece concesso al papà. ☹

Buona domanda ?

Bisogna informare fratelli e sorelle che il bambino non ancora nato è morto?

Fratelli e sorelle devono essere sempre informati tempestivamente affinché capiscano cosa è accaduto. In fondo hanno perso un fratello o una sorella e vogliono sentire la verità. I bambini sanno affrontare con naturalezza il tema della morte e del decesso.

{Consigli}

Per la gravidanza successiva

- Cercate di ridare fiducia al vostro corpo e fatevi eventualmente accompagnare da uno specialista (levatrice specializzata, esperto in accompagnamento al lutto, ecc.).
- Ascoltate il vostro corpo per capire quando è il momento giusto per una nuova gravidanza.
- Per riprendersi il corpo ha bisogno quasi dello stesso tempo della durata della gravidanza.
- Contattate una levatrice sin dall'inizio della gravidanza per darvi sostegno e gestire paure e preoccupazioni.

Cereali appositamente selezionati per i bambini

Più del 50% del fabbisogno giornaliero di ferro

Ricco di vitamine A & C

Senza zuccheri aggiunti* né olio di palma

*Contiene naturalmente zuccheri

Richiedete i vostri campioni

Nestlé Baby & me UN BUON INIZIO PER IL FUTURO