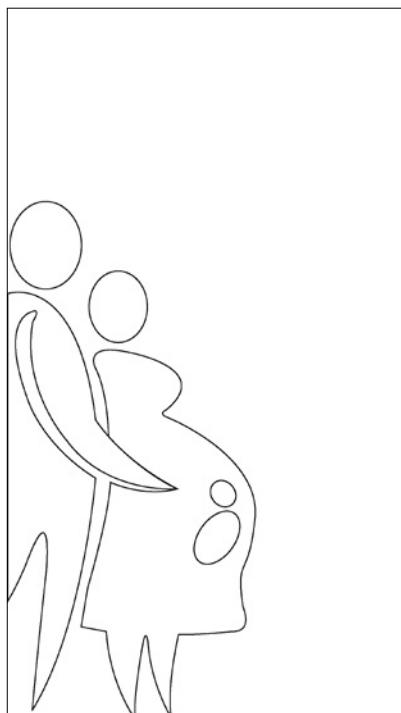


Claudio Paganotti  
**LA NASCITA**  
*Credenze, attualità e curiosità*

Prefazione di Attilio Gastaldi



Marco Serra Tarantola Editore

## SOMMARIO

Prefazione .....	7
Introduzione .....	9
<b>1. LA NASCITA TRA STORIE E CREDENZE</b> .....	13
<b>1. La nascita all'inizio del '900</b> .....	13
<b>2. La nascita nelle credenze popolari</b> .....	16
L'allattamento nelle credenze popolari .....	23
<b>2. LA MADRE E IL FETO AL TERMINE DI GRAVIDANZA</b> .....	25
<b>1. La gravida a termine</b> .....	25
I disturbi materni nell'ultimo trimestre di gravidanza .....	25
La sessualità in gravidanza .....	28
<b>2. Il feto a termine</b> .....	30
La presentazione podalica del feto e la moxa .....	31
Il feto e i suoni .....	32
<b>3. Le complicazioni nell'ultimo trimestre di gravidanza</b> .....	34
La gravidanza oltre il termine .....	36
<b>3. GLI ULTIMI CONTROLLI PRIMA DEL PARTO</b> .....	39
<b>1. La visita medica</b> .....	39
<b>2. Gli esami di laboratorio</b> .....	40
<b>3. Gli esami strumentali</b> .....	43
La gravidanza gemellare .....	46
<b>4. I CORSI DI ACCOMPAGNAMENTO ALLA NASCITA</b> .....	49
<b>1. Gli obiettivi della preparazione al parto</b> .....	49
<b>2. Le tecniche della preparazione al parto</b> .....	51
Pilates in gravidanza .....	53
Gravidanza in acqua .....	54
Gravidanza in musica .....	57
Il massaggio del perineo .....	59
<b>5. IL PARTO</b> .....	63
<b>1. Prepararsi al parto</b> .....	63
Che cosa portare in ospedale .....	63
Quando recarsi in ospedale .....	64
<b>2. Il parto</b> .....	66
L'assistenza alla partoriente .....	67
L'assistenza al neonato .....	75
Partorire nell'acqua .....	76
Partorire con la musica .....	79
<b>3. Il parto cesareo</b> .....	80
Il parto vaginale dopo cesareo .....	85

<b>6. LA MADRE DOPO IL PARTO</b> .....	87
<b>1. La puerpera in ospedale</b> .....	87
I disturbi dopo il parto vaginale .....	88
I disturbi del parto cesareo .....	95
<b>2. La puerpera a casa</b> .....	96
La sessualità dopo il parto .....	99
La contraccezione dopo il parto .....	102
La depressione postpartum .....	105
Estetica e post-gravidanza .....	107
<b>7. IL NEONATO</b> .....	109
<b>1. Il neonato alla nascita</b> .....	109
Il neonato e il fascino dei suoni .....	111
<b>2. Il neonato in ospedale</b> .....	112
Il bonding .....	114
<b>3. Il neonato a casa</b> .....	117
La sindrome della morte improvvisa del neonato .....	119
Le vaccinazioni .....	120
Osteopatia: il trattamento cranio-sacrale nel neonato .....	122
<b>8. IL MASSAGGIO DEL BAMBINO</b> .....	127
<b>1. Il massaggio neonatale</b> .....	127
Il massaggio infantile abbreviato .....	130
<b>2. Opinioni sul massaggio e... dintorni</b> .....	132
Insegnare il massaggio del bambino .....	132
Mani che accarezzano, mani che accolgono, che cullano... ..	134
Il massaggio neonatale come nutrimento dell'anima .....	137
Lo shiatsu: un nuovo con-tatto tra mamma e piccolo .....	139
<b>9. L'ALLATTAMENTO</b> .....	143
<b>1. L'allattamento al seno</b> .....	143
Lo stile di vita della mamma durante l'allattamento .....	146
I disturbi del seno durante l'allattamento .....	148
<b>2. L'allattamento al biberon</b> .....	151
<b>10. LA PROSSIMA GRAVIDANZA</b> .....	155
<b>1. È possibile scegliere? Maschio o femmina!</b> .....	155
<b>2. Quando non arriva? Infertilità di coppia!</b> .....	157
<b>APPENDICE</b> .....	159
<b>A. Origine e significato dei nomi</b> .....	161
<b>B. Fonti</b> .....	175

## **Prefazione**

Tutte le notizie utili per affrontare al meglio una nascita: ecco cosa troverete in questa pubblicazione del dott. Claudio Paganotti, che continua una serie felice di manuali sulla salute della donna.

Il testo inizia con una raccolta di credenze popolari, poche pagine divertenti da leggere con curiosità, arrivate fino ai giorni nostri. Un successivo capitolo che merita un breve commento è quello riguardante i corsi di preparazione al parto, sui quali si scritto molto: poche pagine in cui vi è un'informazione esaustiva e aggiornata.

Scorrendo l'indice sul capitolo centrale dell'evento nascita, basta leggere i sottoparagrafi per avere un'idea precisa delle caratteristiche dell'opera: che cosa portare in ospedale, quando recarsi in ospedale, quale assistenza alla partoriente e al neonato, ma anche come partorire a suon di musica o cullate dall'acqua. La parte strettamente medica consente alla donna una lettura facile e sempre comprensibile. Ho letto con interesse il capitolo relativo al parto, ancora oggi difficile da scrivere, forse anche per le numerose polemiche sulla frequenza in Italia dei tagli cesarei trasmessa dai mass-media.

Nel testo sono riportate tutte le informazioni necessarie affinché la donna possa vivere serenamente questo delicato momento, compreso il ritorno alla vita quotidiana, e possa decidere assieme al proprio ginecologo quali siano

le modalità più adatte alla propria persona. Sono certo che le mamme leggeranno con interesse il capitolo del neonato e quello sui tanti modi di massaggiare il proprio bambino.

Oggi la nascita grazie ai grandi e continui progressi della scienza ostetrica può e deve essere vissuta con serenità, meglio con gioia e la gradevole lettura di questo testo può contribuire alla realizzazione di questo desiderio.

Brescia, maggio 2013

Prof. Attilio Gastaldi

## Introduzione

La nascita è un momento centrale nella vita di una coppia. Conoscerla è il primo passo per riuscire a viverla con la consapevolezza che si tratta di un evento assolutamente naturale. Ogni nascita, però, ha una sua storia, nella quale la protagonista avverte e affronta il parto in modo diverso, in base soprattutto al proprio vissuto emozionale.

LA NASCITA. *Credenze, attualità e curiosità*, con un chiaro intento divulgativo, vuole essere un aiuto facilmente comprensibile a compiere i primi passi come madre prima, durante e dopo la nascita.

Il testo è una raccolta di tutti quei consigli e articoli che spesso vengono già forniti nel corso della visita ginecologica, ma con la comodità di poter essere consultati, tranquillamente, a casa propria.

Il contenuto è il più possibile chiaro, pratico e aggiornato, con l'esigenza di conciliare il ritmo veloce della vita moderna con il poco tempo libero, da dedicare ad attività rilassanti come la lettura.

Il libro è suddiviso sostanzialmente in tre sezioni. La prima tratta del periodo precedente la nascita, l'ultimo trimestre di gravidanza: le modificazioni della gravida e del feto, i possibili disturbi, le eventuali complicazioni; gli ultimi controlli prima del parto; i corsi di preparazione alla nascita. La seconda è dedicata all'evento del parto: come prepararsi al parto, cosa portare e quando recarsi in ospedale; il parto vaginale e le sue fasi; il parto cesareo.

La terza espone il periodo successivo alla nascita, il puerperio: i cambiamenti della puerpera, i possibili disturbi e il ritorno a casa; il neonato e il massaggio del bambino; l'allattamento al seno e al biberon. Nell'appendice è riportato un breve elenco da consultare per la scelta del nome del nascituro.

Ringrazio vivamente tutti quei professionisti (medici, psicologi, ostetriche, fisioterapisti, osteopati, etc...) che, con generosa e preziosa collaborazione, hanno contribuito ad arricchire la stesura della pubblicazione.

Ma una dedica particolare è rivolta a Carla, moglie e madre di Andrea e Mattia che ancora una volta ha permesso le mie numerose assenze.

*I figli  
si partoriscono  
ogni giorno*

*Alda Merini*



## APPENDICE

