

Rapporto

numero

data

6 ottobre 2022

competenza

DIPARTIMENTO DELLA SANITÀ E DELLA SOCIALITÀ

della Commissione sanità e sicurezza sociale sulla mozione 19 maggio 2020 presentata da Lea Ferrari e Gina La Mantia “Accompagnamento alla gravidanza in situazioni difficili nell'EOC”

CHE COSA È UNA DOULA?

La doula è un'antica figura femminile con la funzione di accompagnare psicologicamente, fisicamente, emotivamente e spiritualmente la donna prima, durante e anche dopo il parto, con l'intento di preservare la sacralità dell'evento. La doula attinge a un sapere antico, iscritto nella memoria ancestrale delle donne, e oggi comprovato dagli studi nel campo della fisiologia della nascita. Grazie alle proprie doti materne accudisce la futura mamma, le fornisce informazioni e protegge l'ambiente del parto, qualunque esso sia, prima, durante e dopo la nascita. Aiuta la famiglia a riassetarsi quando arriva il neonato e svolge anche piccole faccende domestiche. La doula non ha responsabilità mediche, il suo lavoro è complementare a quello della levatrice e la sua presenza è preziosa, soprattutto quando la donna è seguita solo dal/la ginecologo/a e la nascita avviene in ospedale, dove le levatrici si alternano e non possono assistere la puerpera a casa.

Preservare la capacità di proteggere la relazione tra madre e bambino e famiglia permette di costruire una società molto più pacifica. L'OMS raccomanda l'introduzione della doula negli ospedali (come già sperimentato in Olanda) quale presenza continua a fianco della donna durante il travaglio, perché levatrici e personale medico sono spesso occupati in altri compiti. Essa può così contribuire alla riscoperta dei bisogni fisiologici della donna durante il parto: sentirsi al sicuro, in un ambiente intimo e raccolto, senza essere osservata o giudicata.

L'OMS/WHO, nel suo documento "Care in Normal Birth", sostiene che «*La donna in travaglio dovrebbe essere accompagnata da persone di cui si fida e con cui si sente a suo agio, come il compagno, un'amica, la doula o l'ostetrica*» e illustra i vantaggi del ricorso alla doula.

"Doula" è un termine greco riutilizzato per la prima volta dall'antropologa Dana Raphael per indicare le madri che, nelle Filippine, assistono altre madri e in seguito è ripreso dai ricercatori americani Klaus e Kennell durante i loro studi sugli effetti della presenza di una "compagna" durante il travaglio e il parto. Il risultato di questi studi dimostra che la presenza continua di una doula favorisce una migliore esperienza del parto, rende il travaglio più facile e rapido, riduce il tasso di cesarei, riduce il tasso di altri interventi, farmacologici e non, aumenta il tasso di successo nell'allattamento e previene la depressione postparto. Questi dati sono stati confermati in seguito da altri studi.

La figura della doula ha ragione di essere unicamente se si è profondamente compreso il funzionamento fisiologico che permette al corpo della donna di partorire secondo natura.

Perciò il ruolo principale della doula è di proteggere dai condizionamenti sia culturali che emozionali per preservare la sacralità dell'evento che sta accompagnando.

COSTI

In Svizzera certe casse malati rimborsano una parte dei costi della doula. Il Cerchio delle doule della Svizzera italiana mette a disposizione un formulario per richiedere il rimborso dell'accompagnamento.

A livello nazionale esiste l'Associazione Svizzera delle Doule: <http://www.doula.ch/>

A livello regionale è nato il Cerchio delle Doule della Svizzera Italiana. Sul sito www.cerchiodouleticino.ch sono elencate tutte le doule del Cerchio attive sul territorio e si può leggere la loro [Carta Etica](#).

Dal sito dell'Associazione svizzera delle doule:

La doula può accompagnarmi in tutti gli ospedali?

Sì, con una sola eccezione in Ticino. Raccomandiamo di allegare i documenti forniti dalla doula così che l'ospedale possa essere informato del supporto fornito. Molti ospedali apprezzano la presenza di una doula durante l'ultimo esame di controllo poco prima della data prevista per il parto.

Qual è la differenza tra l'accompagnamento di un'ostetrica e quella di una doula?

La levatrice segue il parto con tutti gli obblighi e le relative abilità professionali. In accordo con il medico curante, prende tutte le decisioni mediche. La doula invece assicura un ruolo di supporto soprattutto emotivo per la donna e il suo partner e non ha responsabilità mediche.

La Commissione ha incontrato la doula Sabine Lanfranchi in data 25 marzo 2021, la quale ci ha spiegato che la doula è sempre stata una figura fondamentale attraverso le diverse culture e i secoli: le future mamme, infatti, sono sempre state accompagnate e circondate da donne esperte della maternità per ogni gravidanza, parto e puerperio. Con lo spostamento del parto dal proprio domicilio all'ospedale, il parto è diventato una questione medica e la figura della doula non è più stata rappresentata in sala parto. Negli anni '70 negli Stati Uniti le future mamme però hanno cominciato a richiedere la presenza di una doula per essere meglio assistite. Da lì, questa figura ha ripreso la sua importanza in diverse Nazioni e sono stati fatti anche studi sui vantaggi di questa presenza femminile continua accanto alle future madri. Anche in Svizzera la presenza delle doule è in aumento. Attualmente ci sono 200 doule in Svizzera, tra cui 9 in Ticino. La doula accompagna la mamma, ma anche il suo compagno se c'è, nel corso della gravidanza. Porta un sostegno emotivo, fisico e organizzativo. La doula si adatta ai bisogni specifici di ogni mamma a dipendenza del contesto in cui si trova, senza giudizio. Talvolta si tratta più di bisogni di informazioni, di aiuto nel reperire le figure professionali da coinvolgere, altre più di bisogni di rassicurazioni, di aiutare la futura mamma a trovare il proprio percorso per questa maternità, per fare le sue scelte e saperle comunicare, oppure si può trattare anche di aiuto pratico (nella gestione delle faccende quotidiane). Con il passare dei mesi, la doula viene percepita come una presenza rassicurante e di fiducia. La donna viene ovviamente sempre seguita anche da un'ostetrica o un ginecologo, perché la doula non ha nessuna formazione medica e le sue competenze non le permettono di fare una diagnosi o di proporre o consigliare un trattamento.

La formazione della doula dura un anno, con una parte teorica e una pratica. La doula impara ad accompagnare una mamma/coppia dal concepimento fino al post parto. Impara ad ascoltare la mamma, a darle fiducia, senza giudizio. L'obiettivo principale della doula è di aiutare la mamma (coppia) e il bebè a vivere la gravidanza, il parto e la maternità in modo più positivo possibile. Di solito, comunque, ogni doula ha una formazione di base, un altro mestiere. La formazione di ostetrica è universitaria su più anni e questa figura acquisisce tutte le competenze mediche per assicurare un seguito dal concepimento al post parto. Può seguire da sola una gravidanza e un parto fisiologico. La completa disponibilità della doula è certamente una distinzione da aggiungere. La doula conosce la futura mamma, c'è continuità durante tutta la gravidanza, il parto e il post parto. Conosce le ansie, le domande e i desideri della coppia. È capace di rassicurare, ascoltare e guidare. Questa presenza continua e questo rapporto rispettoso di fiducia permettono di ridurre i rischi di medicalizzazione della nascita. Un'ostetrica indipendente che segue la sua cliente durante la gravidanza, il parto e il post parto assume anche lei una grande disponibilità ed è anche all'ascolto per ogni questione emotiva durante la gravidanza, oltre a essere persona di riferimento per tutte le domande mediche. Nella maggior parte dei casi però, la donna incinta ha un percorso "standard" oppure ginecologico con un parto all'ospedale. Il ginecologo segue la donna dal punto di vista medico e spesso la parte emotiva è tralasciata per mancanza di tempo. La mamma incontra l'ostetrica spesso per la prima volta solo al suo arrivo all'ospedale nel reparto maternità.

Durante la gravidanza la doula incontra la futura mamma o la coppia circa cinque volte o di più se è necessario. Tra gli incontri la doula è anche disponibile tramite messaggi e chiamate in ogni momento. Non avendo funzione medica, la doula può completamente focalizzarsi sui bisogni, sulle emozioni e sui desideri della mamma o della coppia. Contrariamente ai professionisti della salute, la doula non ha un carico di lavoro troppo pesante e può così facilmente offrire due o tre ore del suo tempo per ogni appuntamento. Questo permette di prendersi il tempo per un ascolto di qualità e per instaurare un rapporto di fiducia. La doula dà sostegno emotivo, ascolta senza giudicare e può proporre l'elaborazione degli appuntamenti ginecologici, mettere a fuoco le capacità e le forze della coppia e rassicurarla sulla sua capacità di mettere alla luce un bambino. Può anche informare sulle varie possibilità di partorire e può essere una fonte di risorse per permettere alla mamma, alla coppia di vivere la gravidanza in modo positivo. La doula può anche offrire un servizio organizzativo, occuparsi dei figli maggiori per permettere alla mamma di andare a un appuntamento o fare una siesta. Anche l'aiuto in casa a fine gravidanza se vi è un rischio di parto prematuro o altro fa parte dei servizi che può offrire. L'accompagnamento di una doula è molto variato e ogni volta unico.

Due o tre settimane prima del termine presunto del parto, la doula è di picchetto, dunque è disponibile 24 ore su 24 e si reca dalla coppia appena viene chiamata, ai primi segni di travaglio. Nel caso di un parto a domicilio, la doula aiuta a preparare lo spazio, ordinare, preparare un pasto, occuparsi dei figli maggiori. La doula aiuta anche la mamma a rimanere in ascolto del proprio corpo e dei suoi desideri.

Nel caso di un parto in una struttura ospedaliera, la doula si reca prima al domicilio della coppia e sostiene la mamma durante le contrazioni. Spesso la doula viene chiamata ai primi segni di pre travaglio. Questa presenza permette di rassicurare i genitori durante le ore che precedono la partenza all'ospedale. Una possibilità di vivere in modo positivo questa prima fase del parto può anche essere lunga. Per i genitori può essere difficile capire quando è il momento di giusto per trasferirsi all'ospedale: la doula li aiuta a

riconoscere questo momento. Durante la trasferta all'ospedale, la doula propone misure di conforto per dare sollievo ai dolori durante il viaggio. Durante un parto in una struttura ospedaliera è raro poter beneficiare della presenza continua di una sola ostetrica durante tutta la durata del parto. Le ostetriche gestiscono infatti più sale parto contemporaneamente e hanno turni prestabiliti. È proprio al momento del parto che i genitori incontrano per la prima volta l'ostetrica che li seguirà. La doula, oltre a conoscere già la mamma (la coppia), ha invece la fortuna di poter essere presente in modo continuo per i genitori, senza riguardo alla durata del parto. La doula conosce i bisogni essenziali della donna che sta partorendo, conosce i suoi punti forti e le sue debolezze e questo favorisce il buon andamento della nascita. È una presenza rassicurante grazie al legame di fiducia che si è creato nei mesi precedenti. Propone delle tecniche di sollievo e include il padre in quello che fa. Veglia al benessere della copia di modo che possa vivere il parto nel migliore dei modi. La doula facilita anche la comunicazione tra la coppia e i professionisti della salute, a maggior ragione quando vi è una differenza culturale di lingua. Tutto questo favorisce il buon andamento della nascita e aumenta la probabilità di un vissuto positivo.

Dopo il parto, un'ostetrica indipendente si reca al domicilio dei genitori per controllare lo sviluppo del bebè e la salute della mamma. La sua visita è medica, ma offre anche un sostegno emotivo. La doula anche si reca al domicilio per incontrare i genitori, per ascoltarli e permettere loro di elaborare il vissuto del parto, per accogliere le loro paure e aiutarli a prendere fiducia nel loro nuovo ruolo di genitori. Se necessario, può inoltre aiutare a creare o individuare una rete di aiuto intorno ai neo genitori. La doula si prende il tempo per sentire le loro emozioni e dà anche dei piccoli aiuti pratici a casa assieme al bebè, per eventualmente mostrare come conciliare allattamento, riposo e lavori casalinghi con un bebè. Visto che la doula passa numerose ore al domicilio della mamma, può (anche in collaborazione con l'ostetrica) riconoscere indizi di una depressione post parto e in questo caso dirigere i genitori verso le figure professionali più adeguate. La doula è un sostegno complementare all'ostetrica e permette di diminuire i rischi legati a questo periodo delicato.

Qual è dunque il vantaggio di essere seguita da una doula?

In sintesi, l'accompagnamento da parte di una doula nella gravidanza e durante il parto incide in modo favorevole sull'esito del parto e sull'inizio della vita del nascituro. Numerosi studi come in particolare nella "review – *Continuos support for women during childbirth*" della Cochrane collaboration del 2017, dimostrano che la presenza della doula, durante la gravidanza e il parto, riduce notevolmente la probabilità di dover partorire con un cesareo, di subire un parto vaginale strumentalizzato (s'intende parti con forcipe, ventosa, episiotomia, ecc.), o di avere un neonato con un debole indice di Apgar dopo 5 minuti. Queste ricerche scientifiche confermano che il sostegno continuo della donna durante il travaglio, effettuato da una persona esperta, aumenta la possibilità di sperimentare una nascita fisiologica e di vivere un'esperienza positiva del parto. Questo aumenta di conseguenza il successo dell'allattamento e diminuisce il rischio di depressione post parto.

Anche l'OMS, nelle sue "*Recommandations sur les soins intrapartum pour une expérience positive de l'accouchement*", raccomanda un sostegno continuo durante il travaglio e il parto da parte di una persona di fiducia e sottolinea l'importanza di permettere alle donne di fare scelte consapevoli.

Purtroppo da noi sono soprattutto donne della fascia media e alta della società a poter chiedere l'accompagnamento di una doula. Nella maggior parte dei casi, le donne che ne avrebbero più bisogno, non conoscono l'esistenza della doula o non se la possono permettere finanziariamente. Nel 2019, l'Associazione svizzera delle doule ha preparato un dossier per le casse malati chiedendo il riconoscimento e il rimborso delle prestazioni degli accompagnamenti effettuati dalla doula. Attualmente però solo alcune casse malati rimborsano una minima parte dei costi attraverso le assicurazioni complementari, ma nell'ambito delle prestazioni generali di aiuto a domicilio legate al parto.

LE RICHIESTE DELLA MOZIONE

La mozione chiede di introdurre la figura della doula nell'EOC per seguire i casi di madri sole. Le situazioni difficili in gravidanza possono essere:

- una donna senza compagno;
- una donna migrante senza nessun legame con la cultura e le tradizioni del posto;
- una donna non integrata, con problemi di comprensione linguistica;
- una situazione familiare, lavorativa o economica precaria;
- una storia medica complicata;
- gravidanze precedenti vissute male;
- un precedente di parti traumatici (dovuto a motivi medici o violenza ostetrica);
- il confinamento, l'isolamento come lo stiamo vivendo ora.

Si possono però anche trovare situazioni difficili nell'EOC dovute a:

- mancanza di personale;
- cambiamento di turni che non permettono di assicurare la continuità;
- mancanza di traduttori o mediatori interculturali;
- mancanza di tempo/flessibilità per le situazioni particolari o difficili (forse per "colpa" della rigidità dei protocolli ospedalieri).

Tutti questi fattori creano già in partenza un clima di ansia non benefico all'andamento positivo della gravidanza e del parto. L'intervento della doula, già durante la gravidanza, permette di attenuare le difficoltà, di trovare risposte e creare un rapporto e un ambiente di fiducia nel quale la donna potrà sentirsi al sicuro e protetta per partorire. Una gravidanza e un parto vissuti in modo positivo hanno ripercussioni sulla salute psichica e fisica della mamma, ma è anche il primo impatto del bambino con la vita. Di conseguenza, dovrebbe essere nell'interesse di tutti noi favorire il miglior inizio possibile per ogni famiglia. Ne beneficia direttamente la società, senza menzionare i risparmi che possono essere fatti riducendo il numero di interventi e di cure post-parto. Per quanto riguarda il costo, si fattura un forfait per tutto l'accompagnamento, che varia dai 900 ai 1'200 fr. Se una coppia desidera una presenza più continua durante il post parto, si fatturano 60 fr. per intervento (che può durare anche due ore).

Per quanto riguarda l'EOC, abbiamo contattato la responsabile delle cure infermieristiche, signora Annette Biegger, la quale ci ha riferito che il personale infermieristico concorda

Rapporto del 6 ottobre 2022

che l'accompagnamento al parto deve essere strutturato al meglio per sostenere anche situazioni complesse o di disagio. Nella maggior parte dei casi all'EOC vengono incontrate le donne che stanno entrando in travaglio o che sono prossime al parto. Raramente si accompagna la donna in tutto il suo percorso di gravidanza.

Capita che al momento del travaglio si presentino accompagnate da una doula e la collaborazione con queste figure è sempre stata ottima in tutti i reparti di maternità EOC.

Il personale pensa che possa essere interessante e importante informarne in merito le donne che incontrano durante la loro gravidanza, i corsi preparto oppure al momento di un consulto all'ambulatorio delle levatrici. Pensano che la doula possa essere una risorsa importante per una donna che ne esprime necessità o che sia in una situazione difficile, e propongono quindi di inserire questa informazione in maniera strutturata alle donne in gravidanza dando loro dei riferimenti che possono contattare.

CONSIDERAZIONI COMMISSIONALI E CONCLUSIONI

La Commissione ritiene che si dovrebbero sollecitare le strutture pubbliche in modo che possano fornire informazioni adeguate su questa figura a tutte le donne in gravidanza, in particolare a quelle più bisognose e sole.

La Commissione ritiene altresì di non dover imporre delle decisioni all'EOC e quindi invita a non accogliere la mozione.

Per la Commissione sanità e sicurezza sociale:

Claudia Crivelli Barella, relatrice

Agustoni - Alberti - Cedraschi - Filippini - Fonio -

Forini - Galusero - Gianella Alex - Ghisletta - Jelmini

Ortelli M.- Polli - Quadranti - Riget - Robbiani - Tonini