Centro di accompagnamento alla nascita Margherita

Descrizione

Referente Medico Prof. Federico Mecacci

Referente Ostetrica Dr.ssa Manuela Mariotti

Attività

Gravidanza e parto sono condizioni naturali con un profondo significato emotivo e psicologico nella vita delle persone. Per dare supporto in queste situazioni il Dipartimento Materno-Infantile offre un programma di attività per la coppia, in parte personalizzabili, che comprende incontri di informazione per i futuri genitori

attività psicofisica

Il Centro di accompagnamento alla nascita Margherita propone un ciclo di otto incontri dedicati all'attività psicofisica con esercizi e riflessioni volti ad approfondire la conoscenza del proprio corpo e a favorire l'integrazione degli aspetti fisici con quelli psico-emotivi.

Gli incontri sono programmati mensilmente, hanno una frequenza settimanale e una durata di circa due ore. Sono organizzati in piccoli gruppi, omogenei per epoca gestazionale; ogni gruppo ha un'ostetrica di riferimento ed è composto da 12 gestanti, con inizio intorno alla 30-32^ settimana di gravidanza (per le gravidanze gemellari iniziano alla 26-28^ settimana).

Come accedere agli incontri

- – Iscrizione direttamente presso la segreteria del Servizio di Accompagnamento alla Nascita, piano terra del padiglione 9 Margherita, stanza 004 dal lunedì al venerdì ore 09:00 – 13:00
- – Telefonicamente allo 055 7947728 il dal lunedì al venerdì ore 9:30 – 12:00
- – Via mail a sostegnonascita@aou-careggi.toscana.it

Incontro per i futuri genitori

L'obiettivo di questo incontro, condotto dall'ostetrica referente del gruppo, è quello di offrire alla coppia alcuni spunti di riflessione, di confronto e di informazione sulla nascita e l'immediato dopo parto. L'ostetrica descrive le varie fasi del travaglio, fa provare alla coppia le posizioni più comode e vantaggiose, parla del ruolo del padre durante la nascita e nel dopo parto, chiarisce i dubbi, favorisce le scelte della coppia sul modo di stare insieme durante la nascita del figlio.
L'incontro ha una durata di circa un'ora e mezzo in orario pomeridiano.

corsi di acquaticità in gravidanza

Il Centro di Accompagnamento alla Nascita Margherita di Firenze organizza corsi di acquaticità in gravidanza, presso la piscina del padiglione 9b Margherita, al piano terra.

L'attività inizia alla 30° settimana di gestazione e prosegue per quattro settimane ripetibili, con incontri di circa 40', in piccoli gruppi di 6 gestanti, guidati da una professionista specializzata.

L'attività in acqua offre particolari vantaggi in gravidanza; l'immersione riduce il peso corporeo, con effetti benefici sull'apparato circolatorio, sul tono muscolare e sul benessere psico-fisico:

- muoversi dolcemente, in modo naturale, senza fatica per sostenere il corpo che cambia e prepararlo al parto
- prendere un po' di tempo per sé, in sintonia con il proprio bambino, per trovare il ritmo giusto che lo accoglierà
- sentirsi abbracciata dall'acqua come lo è il bambino, per cercare un contatto profondo con lui.

Come accedere al servizio

I corsi sono temporaneamente sospesi

Per informazioni e iscrizioni contattare la segreteria:

tel. **055 794 7728 dal lunedì al venerdì ore 9:30 – 12:00**

e-mail sostegnonascita@aou-careggi.toscana.it

Documentazione da presentare al primo incontro

- certificato di "non controindicazioni a svolgere attività di acquaticità in gravidanza" rilasciato dal proprio ginecologo
- tessera sanitaria
- ricevuta di pagamento ticket 40 €
- referti degli esami fatti in gravidanza

supporto psicologico individuale

La gravidanza e il dopo il parto sono periodi di importante cambiamento di ruolo e di assetto psicoemotivo, e possono quindi comportare momenti di difficoltà di adattamento o disagio psicologico. Il Centro di accompagnamento alla nascita Margherita offre un servizio di sostegno psicologico rivolto alla donna e alla coppia con l'obiettivo di:

- facilitare l'attivazione delle competenze fisiologiche materne e paterne
- rilevare precocemente fattori di rischio o di fragilità, per promuovere e sostenere lo sviluppo della genitorialità
- accogliere e intervenire precocemente sulla psicopatologia materna/ genitoriale e sulle problematiche legate alla salute del bambino

Come accedere al servizio

Per appuntamento **tel 055 794 7728 dal lunedì al venerdì ore 9:30 – 12:00.**

L'ambulatorio si trova al piano terra del padiglione 9 Margherita, stanza 005.

percorso nascita per la fisiologia

Alla coppia in attesa che lo desidera, il Centro di accompagnamento alla nascita Margherita gestisce il Percorso nascita per la fisiologia che permette di costruire, presso la nostra struttura, in uno stesso ambiente, un **programma per la gravidanza, il parto e il dopo parto** usufruendo di servizi integrati:

- incontri di informazione per futuri genitori tenuti da specialisti
- attività psicofica per le donne a guida ostetrica
- Ambulatori ostetrici – Accoglienza ostetrica
- parto presso il Centro Nascita Margherita o nel dipartimento Materni Infantile
- sostegno al dopo parto e all'allattamento con personale formato e dedicato.

Per avere informazioni e costruire il proprio programma, dalla 25a settimana di gravidanza in poi rivolgersi alla Segreteria:

tel. **055 794 7728 dal lunedì al venerdì ore 9:30 – 12:00**

o personalmente al piano terra padiglione 9 Margherita.

sostegno all'allattamento al seno

Informazioni sulle politiche aziendali sull'allattamento al seno

incontri dopo la nascita – incontri per futuri genitori

Alla coppia in attesa che lo desidera, il Centro di accompagnamento alla nascita Margherita gestisce il Percorso nascita per la fisiologia che permette di costruire, presso la nostra struttura, in uno stesso ambiente, un **programma per la gravidanza, il parto e il dopo parto** usufruendo di servizi integrati:

- incontri di informazione per futuri genitori tenuti da specialisti
- attività psicofica per le donne a guida ostetrica
- Ambulatori ostetrici – Accoglienza ostetrica
- parto presso il Centro Nascita Margherita o nel dipartimento Materni Infantile
- sostegno al dopo parto e all'allattamento con personale formato e dedicato

leggi anche la Guida per i futuri genitori

Per avere informazioni e costruire il proprio programma, dalla 25a settimana di gravidanza in poi rivolgersi alla Segreteria:

tel. **055 794 7728 dal lunedì al venerdì ore 9:30 – 12:00**

o personalmente al piano terra padiglione 9 Margherita.

---

per informazioni su organizzazione, attività e programmi del centro, iscrizione ai corsi:

- sostegnonascita@aou-careggi.toscana.it
  (lasciare nome cognome e n° telefono)
- **segreteria 055 794 7728 dal lunedì al venerdì ore 9:30 – 12:00**