

# nascere bene



## **ALCUNE COSE CHE È UTILE SAPERE...** (Newsletter 2/2014)

---

### **INVITO PER IL 14 MARZO 2014**

In questi giorni chi è già iscritto alla nostra Associazione riceve per posta la convocazione per l'Assemblea Generale ordinaria con allegato l'invito a rinnovare il versamento della quota annuale (può farlo anche la sera stessa). Chi volesse partecipare può ancora aderire come socio/a attivo/a o come semplice sostenitore/trice tramite la home page del sito <http://www.nascerebene.ch/about/iscrizione/>.

L'assemblea avrà inizio alle 20.00 con lo spettacolo:

### **IN BOCCA AL TUBO**

di e con Gaby Lüthi e Alessandra Ardia.

Una narrazione teatrale comico-poetica di riflessione sui diritti dei bambini,

anche quello di nascere bene.

---

### **L'EPISIOTOMIA (quel taglietto alle parti intime...) NON SERVE, ANZI!**

Sul nostro sito [www.nascerebene.ch](http://www.nascerebene.ch) trovate un [nuovo articolo sull'episiotomia](#). Non soltanto è quasi sempre inutile, ma può essere

persino dannosa. Per questo l'OMS (Organizzazione Mondiale della Sanità) da anni, sulla base di evidenze scientifiche, raccomanda di non praticarla se non in casi eccezionali (per es. per l'uso di forcipe o ventosa). Negli ospedali che rispettano queste indicazioni i tassi sono inferiori al 10%; in Svizzera nel 2011 la media era ancora del 26.4%. In Ticino, in certi reparti maternità, si raggiungevano ancora punte del 46.7%...

---

## **NASCITA E SISTEMA IMMUNITARIO DEL BAMBINO**

Nascere bene (possibilmente in modo naturale) non è solo importante per permettere a madre e bambino di vivere armoniosamente tutta l'emozione e la sacralità dell'evento, bensì anche per [rafforzare il sistema immunitario del bambino](#). Il neonato è privo di germi e i primi milioni di microbi che incontra, colonizzano in pochi istanti il suo corpo (microbioma). Siccome in grembo condivide gli anticorpi con la madre egli è già attrezzato per confrontarsi con gli stessi microbi che sono familiari a lei. Per questo è importante che il primo contatto del bambino avvenga immediatamente con il corpo della madre, e che possa trovare subito il capezzolo per nutrirsi di colostro (il primo latte materno ricco di anticorpi), in modo che anche la sua flora intestinale (ca. 80% del sistema immunitario) sia colonizzata dai microorganismi più idonei.

**Tutto questo sarà presto spiegato in un documentario scientifico realizzato dagli stessi autori del film "Freedom for birth". Quali conseguenze avranno i nuovi modi di nascere per i sistemi sanitari pubblici? Il titolo sarà: [MicroBirth \(MicroNascita\)](#). È anche possibile sostenerlo con una piccola donazione.**

---

## **LE NOSTRE LINEE GUIDA SONO SUL SITO**

Potete consultare il nostro codice di comportamento e la nostra linea editoriale [sul sito](#).

Questa la premessa fondamentale che ci guida:

**Rispettiamo e sosteniamo comunque sempre la madre, qualsiasi scelta faccia per il proprio parto.**

---

## **SEGNALAZIONI**

**Incontri della Leche League.**

Scusandoci per il ritardo, segnaliamo che sul nostro sito trovate [le date](#) degli incontri sull'allattamento 2014 tra mamme con una consulente della LLL, che si svolgono a Chiasso, Breganzona, Ponte Capriasca e Quartino.

Le consulenti sono sempre anche raggiungibili per telefono o per mail per consulenze personali.

### **L'arte del comunicare (la relazione precoce e le sue dinamiche)**

L'associazione Svizzera Massaggio Infantile organizza un seminario il 5 e 6 aprile a Bellinzona con conferenze di esperti/e e ricercatori/trici e con un corso esperienziale.

[Vedi programma dettagliato e modalità di iscrizione.](#)

### **Divento papà: ascolto e sostegno alla paternità.**

Gruppi di neo padri per riflettere sul ruolo paterno. Il progetto si ripromette di incoraggiare la paternità e di mettere in evidenza quanto sia importante l'apporto paterno nel lavoro genitoriale della coppia. Incontri organizzati dall'Associazione 0-5. Per informazioni e appuntamenti [wastaluci@hotmail.com](mailto:wastaluci@hotmail.com).

---

### **LA RICERCA DELLA CASA (...DELLA NASCITA) CONTINUA**

Come già sapete abbiamo dovuto ricominciare a cercare una sistemazione idonea per la Casa della nascita/Centro maternità. Perciò vi siamo grati se potete segnalarci eventuali soluzioni idonee. Per i requisiti [vedi il nostro sito](#).

---

### **POTETE RICHIEDERCI I PROSPETTI**

Il nostro scopo è che le informazioni sulla nascita raggiungano un gran numero di persone, perciò se avete uno studio o svolgete un'attività in contatto con genitori, potete richiederci copie del nostro [prospetto \(leporello\)](#) all'assemblea del 14 marzo oppure scrivendo a [segreteria@nascerebene.ch](mailto:segreteria@nascerebene.ch).

---

Vi ricordiamo che ci trovate anche su Facebook alla pagina [www.facebook.com/AssociazioneNascereBeneTicino](http://www.facebook.com/AssociazioneNascereBeneTicino)

Associazione Nascere Bene Ticino  
c/o Casella postale 343 – 6950 Tesserete – CCP 65-97772-4 –  
IBAN CH59 0900 0000 6509 7772 4

**Copyright © 2014 Associazione Nascere Bene Ticino**

Se non desiderate più ricevere la newsletter scrivetelo a  
[newsletter@nascerebene.ch](mailto:newsletter@nascerebene.ch)  
Per qualsiasi informazione scrivete a [segreteria@nascerebene.ch](mailto:segreteria@nascerebene.ch)