Nascere

La tua gravidanza,
seguita passo dopo passo

Un percorso personalizzato, da iniziare quando vuoi,
per vivere la gravidanza con **più serenità, consapevolezza e fiducia.**



Siamo al tuo fianco dal concepimento ai primi mesi con il tuo bambino

- Visite ostetriche personalizzate
- Preparazione al travaglio
- Benessere del pavimento pelvico
- Trattamenti arvigo
- Posizionamento del bambino
- Assistenza anche a domicilio
- Continuità con le stesse ostetriche

Dall'inizio della gravidanza

Visite ostetriche personalizzate
Controllo del benessere materno e fetale
Spazio per dubbi, emozioni e cambiamenti
Movimento in gravidanza
Preparazione all'allattamento
Benessere del pavimento pelvico
Trattamenti Arvigo

Dalla 25ª settimana

Corso di accompagnamento alla nascita
Percorsi per favorire il corretto posizionamento del bambino

Se il bambino è podalico
Percorso personalizzato con esercizi e tecniche dedicate.

Dalla 36ª settimana

METODO NASCERE

Valutazione personalizzata del corpo della mamma e del bambino
Preparazione al travaglio spontaneo
Accompagnamento al travaglio a domicilio e in ospedale
Preparazione all'eventuale induzione
Reperibilità e continuità assistenziale

Perché scegliere Studio Nascere?

Un'ostetrica che conosce e accompagna la tua storia
Percorsi costruiti sui tuoi bisogni
Lavoro in équipe con osteopata, psicologa ed educatore
Assistenza anche a domicilio
Continuità dalla gravidanza al post parto

E dopo la nascita...

- Visite a domicilio
- Sostegno all'allattamento
- Assistenza al puerperio
- Rieducazione pavimento pelvico
- Sostegno alla nuova famiglia

www.studionascere.it
Via Cappellini 18, Gallarate
studionascere@gmail.com

Nascere



Un accompagnamento che cresce con i vostri bisogni.

Dalla 36ª settimana di gravidanza ai primi mesi dopo la nascita, siamo al vostro fianco con ascolto, competenza e continuità.

Preparazione in gravidanza

Sostegno all'allattamento

Assistenza a domicilio

Ogni famiglia è unica.
Per questo, ogni percorso è costruito su misura.

I NOSTRI PERCORSI DI ASSISTENZA DOPO LA NASCITA

ASSISTENZA BASE

Il percorso da cui tutto comincia.

Comprende:

- incontro di preparazione dalla 36ª settimana
- supporto telefonico durante il ricovero
- visite a domicilio
- supporto telefonico tra una visita e l'altra

Ideale per vivere con maggiore serenità l'avvio dell'allattamento e i primi giorni con il vostro bambino.

ASSISTENZA AVANZATA

Quando il percorso richiede un supporto specialistico.

Può essere indicata in caso di:

- utilizzo continuativo del tiralatte
- ritorno al seno
- sospensione dell'aggiunta
- dolore persistente durante l'allattamento
- ragadi che non guariscono
- ingorghi e mastiti ricorrenti
- frenulo orale restrittivo
- difficoltà di crescita o alimentazione
- ricovero del neonato o terapia intensiva neonatale

Ogni percorso viene costruito insieme, in base ai bisogni della mamma, del bambino e della famiglia.

ASSISTENZA NOTTURNA

Un'ostetrica al vostro fianco durante la notte.

Il supporto può comprendere:

- gestione delle poppate, al seno o con il biberon
- organizzazione delle cure notturne
- aiuto pratico durante il cambio e il riaddormentamento
- sostegno all'allattamento
- osservazione del benessere di mamma e neonato
- supporto emotivo nei momenti di maggiore fatica

Perché sentirsi accompagnati, anche di notte, può fare la differenza.

Completa la nostra assistenza con la presenza di:

OSTEOPATA

PSICOLOGA PERINATALE

PERSONAL TRAINER

EDUCATORE

www.studionascere.it

Via Cappellini 18, Gallarate

studionascere@gmail.com

Nascere

NON AFFRONTATE IL TRAVAGLIO DA SOLI.



Ti accompagniamo nel tuo percorso con ascolto, informazioni e strumenti pratici.
Ci conosciamo, costruiamo fiducia,
e prepariamo insieme la nascita che desideri.

1. IN GRAVIDANZA

La nostra ostetrica accompagna la famiglia durante la gravidanza, costruendo fiducia e preparando insieme la nascita desiderata.

2. QUANDO IL TRAVAGLIO INIZIA A CASA

- Valutiamo l'andamento del travaglio.
- Monitoriamo la salute di mamma e bambino.
- Utilizziamo movimento, posizioni, massaggio, respirazione, acqua calda, TENS ... per sostenere il travaglio.
- Aiutiamo il partner a sostenere la compagna durante le contrazioni.
- Scegliamo insieme il momento giusto per andare in ospedale.

3. LA NASCITA E DOPO

Il nostro sostegno continua per accogliere il vostro bambino e accompagnarnarvi nell'allattamento e nel post partum, con cura e ascolto.

E LE OSTETRICHE DELL'OSPEDALE?

Non si sentono offese!

In alcuni ospedali l'ostetrica scelta dalla famiglia può essere presente **insieme al papà** durante il travaglio e il parto.
L'ostetrica dell'ospedale si occupa dell'assistenza clinica e della nascita.
La vostra ostetrica offre continuità, presenza e sostegno a mamma e papà, accompagnandovi fino all'incontro con il vostro bambino.
Le modalità possono variare da ospedale a ospedale.

Per maggiori info: **Chiara Andrello 3395833929**

Con continuità e ascolto, siamo al vostro fianco dalla gravidanza al post partum, attraverso il travaglio e la nascita.

Nascere

MASSAGGIO ADDOMINALE IN GRAVIDANZA

IL BENESSERE INIZIA QUI



CHE COS'È?

- È una massaggio rispettoso e non invasivo.
- Può essere svolto in sicurezza durante tutta la gravidanza.
- Viene eseguito su addome, schiena e bacino per favorire il corretto funzionamento e la posizione ottimale del feto
- Il trattamento comprende una parte attivante svolta dall'ostetrica e una parte di auto-massaggio (YAM) insegnata durante le sedute.

DA SAPERE

- La durata del trattamento è di circa 45 minuti-1 ora
- Trattamenti periodici durante la gravidanza possono sostenere tutto il percorso e aiutare ad accompagnare al meglio il parto

3 I BENEFICI PER TRIMESTRE

PRIMO TRIMESTRE
FINO A 12 SETTIMANE

Corpo ed emozioni cambiano già dalle prime settimane.
Il massaggio può essere ricevuto dal test positivo e può aiutare con nausea e vomito, stanchezza, stitichezza, insonnia, gas, crampi addominali bassi dovuti allo crescita uterina e all'allungamento dei legamenti.

SECONDO TRIMESTRE
13-29 SETTIMANNE

Possono comparire disturbi comuni legati ai cambiamenti posturali, al fiato corto, al mal di schiena e alle difficoltà di digestione.
Il massaggio può aiutare con bruciori di stomaco e difficoltà digestive, emorroidi, gambe pesanti, insonnia, mal di schiena, vene varicose e sciatica

TERZO TRIMESTRE
30 SETTIMANE AL PARTO

Nell'ultimo trimestre corpo e bimbo iniziano a prepararsi al travaglio e al parto.
Migliorare la circolazione sostiene una crescita ottimale fetale e aiuta il muscolo uterino a prepararsi, mentre si lavora su sintomi comuni come gonfiore agli arti, bubalgia, sciatalgio, mal di schiena, emorroidi ecc...

www.studionascere.it
Via Cappellini 18, Gallarate
studionascere@gmail.com

Nascere

Prendersi cura del tuo *pavimento pelvico*



PRIMA. DURANTE. DOPO LA NASCITA.

Il pavimento pelvico accompagna ogni fase della vita di una donna. Sostiene gli organi pelvici, partecipa alla continenza, alla sessualità e sostiene il corpo durante la gravidanza, il parto e il post parto. Una sua valutazione permette di conoscere il proprio corpo e intervenire precocemente quando necessario.

PRIMA
CONOSCERE E PREVENIRE

Una valutazione del pavimento pelvico è utile anche prima della gravidanza o in assenza di sintomi, per conoscere il proprio corpo e intervenire precocemente quando necessario.

DURANTE
PREPARARE IL CORPO AL PARTO

Durante la gravidanza il pavimento pelvico può essere valutato e sostenuto per promuovere la consapevolezza, il benessere, ridurre piccoli grandi disturbi e aiutare a prevenire il rischio di lacerazioni durante il parto.

DOPO
RECUPERARE IL PROPRIO EQUILIBRIO

Dopo la nascita il percorso aiuta a ritrovare la funzione, la consapevolezza e il comfort, sostenendo il ritorno al proprio equilibrio.

COSA COMPRENDE LA VISITA?

- Colloquio
- Valutazione funzionale del pavimento pelvico
- Indicazioni personalizzate
- Eventuale programma di esercizi
- Pianificazione del percorso riabilitativo se necessario

LO SAPEVI CHE?

Anche dopo un parto cesareo è raccomandata una rivalutazione, perché la gravidanza stessa determina importanti modificazioni del pavimento pelvico, indipendentemente dalla modalità di nascita.

www.studionascere.it | Via Cappellini 18, Gallarate | studionascere@gmail.com

Nascere

AFFITTO TIRALATTE PROFESSIONALE

quando serve,
con il supporto della tua ostetrica



In alcuni momenti del percorso di allattamento può essere utile avere a disposizione un tiralatte professionale. La tua ostetrica ti aiuta a scegliere quando, come e perché utilizzarlo al meglio, in modo sereno, informato e personalizzato.

NON SOLO UN TIRALATTE

Non è solo un dispositivo:
è uno strumento che, se usato nel modo giusto, può fare la differenza.

Ti aiutiamo a capire quando può esserti utile, come scegliere la modalità più adatta, come organizzare le sessioni di estrazione e come integrarla con il supporto all'allattamento.

QUANDO PUÒ ESSERE UTILE?

stimolare o sostenere
la produzione di latte

mantenere la produzione
in caso di separazione mamma-bambino

sostenere l'avvio dell'allattamento
gestire temporaneamente difficoltà di suzione

raccogliere latte quando necessario
supportare l'allattamento esclusivo o misto

UN SERVIZIO RISERVATO ALLE NOSTRE PAZIENTI

Il tiralatte non viene notoggiato come servizio indipendente, ma all'interno di un percorso guidato e personalizzato.

Per le mamme seguite da Studio Nascere, perché per noi il tiralatte è parte di un percorso di cura.

Non sei sola: ti accompagniamo in ogni scelta e in ogni fase.



NOLEGGIO
€ 10 A SETTIMANA

Il noleggio comprende il motore del tiralatte professionale multiutente

Per motivi igienici ogni mamma acquisterà il proprio kit personale (coppe, accessori e biberon) che rimarrà di sua proprietà.

Il tiralatte è uno strumento.
La differenza la fanno sempre quando e perché lo scegliamo, insieme.

www.studionascere.it Via Cappellini 18, Gallarate studionascere@gmail.com