

Periodo post-parto: una finestra critica nella salute delle donne

Un Appello all'Azione

Giugno 2025



Ogni madre, ogni momento: La cura post-parto salva vite

Appello all'Azione sul Post-parto

Visione

La nostra visione è un mondo in cui la cura postparto diventi uno standard universale di assistenza. Un sostegno continuo e completo che accompagni ogni donna, bambino e famiglia nel delicato periodo che segue il parto. Vogliamo che da questa esperienza emergano più forti: sani nel corpo, resilienti nella mente, uniti negli affetti e supportati dall'intera comunità. Immaginiamo un mondo in cui il benessere post-parto sia riconosciuto come essenziale per la salute lungo l'intero arco della vita, per la stabilità familiare e per la prosperità sociale.

Missione

La nostra missione è guidare una revisione e una riforma radicale degli attuali standard di assistenza postnatale. Questi, infatti, si dimostrano profondamente inadeguati a rispondere alla totalità dei bisogni di madri, bambini e famiglie, che includono la sfera fisica, mentale, emotiva e spirituale. Di fronte al crescente numero di conseguenze postparto gravi ma evitabili in tutto il mondo, il nostro impegno assume un'urgenza non più rimandabile. La nostra missione è trasformare la cura post-parto: da semplice ripensamento a pilastro fondamentale per la salute di madri, bambini e dell'intera società a livello globale.

Chi siamo

Siamo un team di organizzazioni europee e australiane e di doule che lavorano come professionisti clinici e non clinici nell'ambito della nascita. Questo Appello all'Azione è il risultato di una serie di conversazioni collettive durante e dopo il **Summit della rEvoluzione Postnatale** (2024–2025). Mettiamo a disposizione la nostra esperienza e il nostro tempo per contribuire a esperienze di parto e post-parto positive, lavorando alla valorizzazione e al sostegno delle madri in ogni fase di questo percorso.

Questo progetto è una collaborazione tra: **Postnatal Support Network**, **Well Supported Mothers Collective** (Australia), **European Doula Network** (EDN) e **Geboortenis Zutphen** (Paesi Bassi). Consulenti esperti:

- Franka Cadée, ostetrica e presidente della International Confederation of Midwives (ICM), Danimarca
- Elizabeth Duff, ex consulente politica senior della National Childbirth Trust (NCT), Inghilterra
- Tina Lavin, Adjunct Associate Professor, School of Population and Global Health, University of Western Australia, Perth, Australia

Foto di copertina: Orsolya Elek Photographie ©



Appelli all'Azione

- **Garantire alle donne un'assistenza sanitaria completa e continua per tutto il periodo post-parto.**

Integrare l'assistenza fin dalla gravidanza e estendendola per almeno un anno dopo il parto, prendendosi cura della salute fisica e mentale, assicurando controlli periodici costanti e favorendo la collaborazione tra tutti i professionisti sanitari coinvolti.

- **Stabilire standard di formazione post-parto per tutti i professionisti della salute.**

Porre particolare enfasi su un'assistenza culturalmente sensibile e attenta alle esperienze di trauma.

- **Riconoscere la salute mentale come priorità.**

Potenziare risorse e servizi affinché le madri che vivono con ansia, depressione o psicosi post-partum – anche nelle forme più gravi – ricevano un sostegno tempestivo, assicurando che madre e bambino possano restare insieme.

- **Avviare campagne di sensibilizzazione pubblica.**

Normalizzare e rendere visibili le sfide del postparto, promuovendo campagne nazionali e locali, iniziative di storytelling e programmi formativi nei luoghi di lavoro.

- **Creare reti di sostegno locali.**

Per una ripresa post-parto ottimale, è fondamentale avere accesso a gruppi di supporto e a risorse locali. Allo stesso tempo, è importante promuovere la collaborazione tra genitori e il dialogo intergenerazionale.

- **Investire in incentivi e in sostegno per rivedere le politiche sui congedi di maternità.**

Dimostrare che sostenere le neo-madri è un investimento anche per le aziende: elaborare piani di rientro realistici, formare i dirigenti su congedi solidali ed equi e incentivare modalità di lavoro flessibili.

- **Investire nella ricerca.**

Stanziare fondi per approfondire gli esiti postnatali, valutare l'impatto dell'assistenza post-parto, analizzare gli incentivi che ne favoriscono l'accesso e misurarne efficacia e valore economico nei diversi sistemi di supporto.

Perché questo Appello all'Azione?

Il periodo post-parto è una finestra cruciale per la salute delle donne, ma continua a restare ai margini del dibattito nella sanità pubblica. Radicate le norme sociali e lo stigma che circonda la salute mentale, alimentano questa mancanza di attenzione, lasciando troppe madri senza il supporto necessario. L'isolamento, la scarsa valorizzazione di questa fase, servizi sanitari inadeguati e una persistente invisibilità politica, sociale ed economica hanno reso le neo-madri particolarmente vulnerabili. È tempo di cambiare rotta.

Rivendichiamo una trasformazione radicale dell'assistenza post-parto che ponga al centro la salute e il benessere materno. Il primo anno di vita è decisivo sia per le madri sia per i bambini: ogni donna deve poter contare su un sostegno continuo, completo e di qualità lungo tutto il percorso postnatale.

Aspetti psicologici

“Le morti postnatali, che comprendono i decessi da 1 giorno a 1 anno dopo il parto, rappresentano più della metà di tutti i decessi materni” (Spelke & Werner, 2018). Questo significa che ogni due minuti una madre muore (OMS, 2025). Ancora più scioccante è che “il suicidio è responsabile fino al 26% dei decessi materni” (Cresswell et al., 2025). Il periodo post-parto è una fase decisiva che racchiude sia le gioie che le difficoltà della maternità. Oltre alla felicità, i profondi cambiamenti fisici ed emotivi, sommati alle pressioni socioculturali, accrescono la vulnerabilità ai disturbi psichici. La depressione post-parto colpisce fino al 20% delle madri, ma la reale incidenza è probabilmente più alta: si stima infatti che quasi la metà dei casi non venga diagnosticata (Carlson et al., 2025). Ricerche più recenti mostrano che il sostegno sociale esercita un forte effetto protettivo: una rete ampia e diversificata di persone che offrono aiuto riduce significativamente il rischio di depressione post-partum (Refaeili et al., 2024).

Aspetti fisici

I problemi di salute fisica spesso persistono o riemergono nei primi 18 mesi dopo il parto, con conseguenze a lungo termine per la salute delle donne (Woolhouse, 2012). Le condizioni più comuni includono: dispareunia / dolore genitale persistente o ricorrente prima, durante o dopo l'attività sessuale (35%), mal di schiena (32%), incontinenza urinaria (8–31%), incontinenza anale (19%), dolore perineale (11%), infertilità secondaria (11%) (Vogel et al., 2024). Altre condizioni meno frequenti dovute al travaglio e al parto, ma con effetti significativi, includono: prolasso del pavimento pelvico, disfunzioni tiroidee, danni neurologici e tromboembolia venosa.

Why this Call to Action? (2)

Le ripercussioni di questi problemi possono estendersi ben oltre il periodo post-parto, influenzando la salute della donna in fasi successive come la menopausa e la sua qualità di vita in generale. Come evidenziano recenti ricerche, "queste condizioni non rientrano nei piani d'azione di routine o nei piani sanitari nazionali in molti paesi", il che porta a una diffusa trascuratezza dell'assistenza post-parto (Vogel et al., 2024). Una cura post-parto adeguata può migliorare in modo significativo gli esiti affrontando precocemente i problemi fisici, un'adeguata cura postnatale può portare effetti significativamente migliori se i problemi fisici vengono affrontati precocemente, offrendo formazione e sostegno per il recupero e garantendo l'accesso ai trattamenti necessari.

Social Aspects

Le difficoltà postnatali non gravano soltanto sulle madri: possono destabilizzare la vita familiare e creare tensioni di coppia. Studi recenti confermano che **un solido sostegno sociale migliora sensibilmente gli esiti del periodo post-parto** (Position Paper, Postnatal Support Network, 2024). La dottoressa Mercedes Bonet, del Dipartimento OMS per la Salute Sessuale e Riproduttiva e del Programma Speciale delle Nazioni Unite HRP, evidenzia la necessità di servizi postnatali dedicati che offrano cure fisiche e supporto psicologico integrati (OMS, 2022).

Questo Appello all'Azione mira a stabilire uno standard universale per la cura materna, a sostenere riforme politiche, a favorire un cambiamento culturale, a coinvolgere tutti gli attori e a sviluppare risorse per migliorare il sostegno post-parto.

Clicca qui per la [Bibliografia](#) & il [glossario dei termini](#).

Nota di inclusione

Riconosciamo che la consapevolezza di genere e l'inclusività sono componenti essenziali per una cura post-parto efficace, garantendo che i bisogni unici di tutti i genitori, indipendentemente dall'identità di genere o dal contesto culturale, vengano riconosciuti e affrontati in modo compassionevole ed equo. Anche se in questo documento facciamo riferimento a "madri" e "allattamento al seno", rispettiamo tutte le forme alternative di espressione e comprensione.

Come avrà impatto questo Appello all'Azione?

1. Rispondere ai bisogni di salute trascurati

Il periodo post-parto viene spesso ignorato nelle conversazioni sulla salute materna.

Sottolineando questa finestra critica, l'Appello all'Azione mette in evidenza l'urgente necessità di migliorare l'assistenza e il sostegno alle madri in una fase che influisce profondamente sulla loro salute e benessere a lungo termine.

2. Ridurre la mortalità materna

Le cifre sono allarmanti: una parte consistente dei decessi materni avviene nel periodo postnatale. Con questo Appello all'Azione vogliamo introdurre interventi concreti per prevenire tali tragedie, promuovendo politiche e pratiche più efficaci che riducano drasticamente il numero di madri che muoiono o subiscono gravi complicanze dopo il parto.

3. Sostenere la salute mentale

Il peso emotivo e psicologico che accompagna l'esperienza post-partum può essere travolgente. Enfatizzando l'importanza del supporto psicologico, il nostro Appello all'Azione mira a garantire che ogni madre abbia accesso alle risorse e all'assistenza necessarie per prevenire e trattare disturbi come la depressione e l'ansia post-parto.

4. Rafforzare famiglie e comunità

Madri sane contribuiscono a famiglie e comunità più sane. Un migliore sostegno post-parto non porta benefici solo alle singole madri, ma rafforza l'intera dinamica familiare e accresce la resilienza della comunità, contribuendo a creare un ambiente in cui le famiglie possono davvero prosperare.

5. Promuovere un cambiamento sistemico

Il nostro Appello all'Azione promuove una riforma delle politiche sanitarie e la definizione di standard di cura post-parto completi e universali. Questo approccio garantisce che ogni madre, indipendentemente dalla sua provenienza, riceva un supporto equo, contrastando le profonde disuguaglianze che ancora oggi caratterizzano l'assistenza materna.

6. Accrescere la consapevolezza

Attraverso la diffusione di dati, ricerche e testimonianze personali, l'Appello all'Azione intende dare finalmente visibilità alle sfide che le madri affrontano dopo il parto. Aumentare la consapevolezza è il primo passo per combattere lo stigma sociale, trasformare la percezione collettiva e mobilitare un sostegno concreto a favore delle iniziative per la salute materna.

In definitiva, questo Appello all'Azione è concepito per catalizzare un movimento globale verso un ambiente più sano e solidale per le donne nel periodo post-parto, assicurando che i loro bisogni vengano affrontati con l'urgenza e l'empatia che meritano. Favorendo la collaborazione tra responsabili politici, operatori sanitari e di comunità, l'Appello all'Azione ha il potenziale per trasformare in meglio il panorama della salute materna.

Come utilizzare questo Appello all'Azione

Per decisori politici:

1. **Esaminate i dati:** Familiarizzatevi con la ricerca e i dati presentati in questo Appello all'Azione per comprenderne l'importanza.
2. **Promuovete cambiamenti politici:** Usate questi risultati per sostenere iniziative che migliorino le politiche di salute materna, incluso il finanziamento di programmi post-natali completi e di qualità.
3. **Coinvolgete gli attori chiave:** Collaborate con professionisti sanitari, organizzazioni comunitarie e gruppi di advocacy per discutere l'implementazione delle misure di sostegno descritte in questo Appello all'Azione.
4. **Sviluppate programmi di formazione:** Create percorsi di formazione per operatori sanitari, focalizzati sulle sfide specifiche affrontate dalle donne nel periodo post-parto.
5. **Monitorate i risultati:** Definite indicatori chiari per valutare l'efficacia delle nuove politiche e dei programmi per la salute postnatale, misurandone costantemente l'impatto.

Per professionisti sanitari:

1. **Integrate le migliori pratiche:** Utilizzate le linee guida di questo Appello all'Azione per migliorare la pratica clinica, includendo cure postnatali continue e complete nei servizi offerti. Adottate le linee guida di questo Appello all'Azione nella vostra pratica clinica, garantendo un'assistenza post-natale continua e completa.
2. **Educate le pazienti:** Informate attivamente le neo-madri sui cambiamenti fisici ed emotivi che possono aspettarsi, fornendo loro risorse concrete per ottenere ulteriore sostegno.
3. **Costruite una rete di sostegno:** Facilitate il collegamento tra le vostre pazienti e le risorse presenti sul territorio, come gruppi di supporto e servizi per la salute mentale.
4. **Ascoltate e rispondete:** Coinvolgere attivamente le madri per comprenderne i bisogni e adattare di conseguenza il sostegno offerto.
5. **Promuovete risorse:** Lavorate all'interno delle proprie organizzazioni per destinare risorse alla cura post-parto e incoraggiare lo sviluppo e la formazione professionale in questo campo.

Per madri e padri:

1. **Informatevi:** Utilizzate le informazioni contenute in questo documento per comprendere meglio il periodo post-parto e le sfide che può comportare.
2. **Cercate supporto:** Non esitate a chiedere aiuto a familiari, amici, comunità e professionisti. Costruite una rete di sostegno che vi accompagni in questa fase delicata.
3. **Comunicare apertamente:** Parlate dei vostri sentimenti, delle preoccupazioni e delle esperienze con il partner, la famiglia, altri genitori o un operatore sanitario di fiducia.
4. **Utilizzate le risorse disponibili:** Esplorate piattaforme online, strumenti e programmi locali pensati per offrire supporto post-parto.
5. **Partecipate all'advocacy:** Diventate promotrici del cambiamento: Partecipate alle conversazioni sulla salute materna e sull'assistenza post-parto nella vostra comunità. La vostra voce può contribuire ad aumentare la consapevolezza e a guidare il cambiamento per tutte le madri.

Postpartum Call to Action

Endorsements



WELL SUPPORTED
MOTHERS COLLECTIVE



Education, collaboration, advocacy &
innovation in Mothercare



Periodo post-parto: una finestra critica nella salute delle donne

Un Appello all'Azione



Fotografia del Summit della rEvoluzione Postnatale, Amsterdam, 2025

Utilizzando questo documento, puoi compiere passi concreti per migliorare la cura post-parto e il sostegno a madri, famiglie e comunità.

Firma – Condividi – Dona