

# Maternità consapevole

GUIDA PER LE MAMME MIGRANTI





## INTRODUZIONE

Cittadinanzattiva, col sostegno del Ministero del Lavoro e delle Politiche Sociali, ha realizzato un progetto sul miglioramento dell'accesso al percorso nascita da parte delle donne immigrate.

Il progetto si è ispirato alla necessità di assicurare a tutte le donne e ai loro figli la piena equità di accesso ai servizi durante la gravidanza e il parto, senza differenze di etnia e status sociale, con pari dignità e garanzia di sicurezza e intende contribuire concretamente a costruire percorsi di miglioramento a partire da un approccio civico e partecipato.

È stato avviato un percorso articolato di valutazione civica in strutture sanitarie ospedaliere e territoriali, di interlocuzione con gli stakeholders, di costruzione partecipata di Carte dei Servizi e programmi di miglioramento in materia di accesso ai servizi materno infantili.

Il progetto si è sviluppato in diverse fasi:

- 1.** la realizzazione di un monitoraggio civico sull'accessibilità da parte delle cittadine immigrate nelle strutture ospedaliere e territoriali coinvolte nel percorso nascita;
- 2.** la produzione di strumenti di empowerment e miglioramento dell'accessibilità dei servizi materno infantili da parte delle cittadine immigrate, attraverso la costruzione e la promozione di Carte dei Servizi o l'integrazione delle Carte esistenti nelle strutture sanitarie coinvolte, o attraverso la sottoscrizione di accordi per lo svolgimento di cicli periodici di Audit Civici;
- 3.** la promozione di esperienze di coinvolgimento diretto delle cittadine immigrate nella implementazione di azioni civiche di miglioramento dell'accessibilità dei servizi materno infantili.

Questo opuscolo intende facilitare il rapporto tra donne immigrate e assistenza socio-sanitaria, in particolare in riferimento all'accesso al percorso nascita. Vengono illustrati i diritti relativi al percorso nascita e le principali informazioni sui servizi del territorio di riferimento.



## PERMESSO DI SOGGIORNO

Il permesso di soggiorno è il documento che attesta la tua presenza legale in Italia.

**ATTENZIONE:** Il permesso di soggiorno non è da confondere con il “visto”, che autorizza solo l’ingresso sul territorio italiano mentre il permesso di soggiorno consente la permanenza sul territorio stesso.

Il permesso di soggiorno può essere rilasciato per:

- lavoro subordinato, stagionale o autonomo;
- attesa occupazione;
- attività di lavoro in casi particolari (spettacolo, infermieri, sportivi, ecc.);
- motivi familiari;
- studio;
- affidamento;
- acquisizione della cittadinanza italiana o dello status di apolide;
- religione o culto;
- affari, missione;
- asilo politico, protezione sussidiaria e motivi umanitari

Puoi chiedere il permesso di soggiorno entro otto giorni lavorativi dall’arrivo in Italia inviando il KIT, reperibile presso gli uffici di Poste Italiane denominati “Sportello Amico”, e indicando nella domanda il visto d’ingresso rilasciato dal Consolato italiano del Paese di provenienza, il passaporto valido o documento equipollente e i documenti che dimostrano la disponibilità di alloggio e la possibilità di mantenersi in Italia.

**Per ricevere assistenza nella compilazione del KIT ci si può rivolgere ai Patronati o ai sindacati.**

## CHE COS’È IL SISTEMA SANITARIO NAZIONALE

Il Sistema Sanitario Nazionale (SSN) è il complesso delle funzioni e delle attività assistenziali svolte dai Servizi Sanitari Regionali, dagli Enti e Istituzioni di rilievo nazionale e dallo Stato volte a garantire la tutela della salute come diritto fondamentale dell’ individuo. Il Servizio Sanitario Nazionale è un sistema pubblico, che garantisce l’assistenza sanitaria a tutti i cittadini, italiani e stranieri.

Il SSN è finanziato dallo Stato stesso attraverso le tasse e le entrate dirette, percepite dalle Aziende Sanitarie Locali attraverso i ticket sanitari (cioè delle quote con cui l’assistito contribuisce alle spese) e attraverso le prestazioni a pagamento.

Lo Stato ha la responsabilità di assicurare a tutti i cittadini il diritto alla salute mediante un forte sistema di garanzie, attraverso i Livelli Essenziali di Assistenza (LEA).

I LEA sono le prestazioni e i servizi che il Servizio Sanitario Nazionale (SSN) è tenuto a garantire a tutti i cittadini, gratuitamente o in compartecipazione, grazie alle risorse raccolte attraverso il sistema fiscale.

Le prestazioni garantite secondo i livelli essenziali di assistenza fanno capo a tre grandi Aree:

1. l’assistenza sanitaria collettiva in ambiente di vita e di lavoro, che comprende tutte le attività di prevenzione rivolte alle collettività ed ai singoli (tutela dagli effetti dell’inquinamento, dai rischi infortunistici negli ambienti di lavoro, sanità veterinaria, tutela degli alimenti, profilassi delle malattie infettive, vaccinazioni e programmi di diagnosi precoce, medicina legale);
2. l’assistenza distrettuale, vale a dire le attività e i servizi sanitari e sociosanitari diffusi capillarmente sul territorio, come medicina di base,



assistenza farmaceutica, specialistica e diagnostica ambulatoriale, fornitura di protesi ai disabili, servizi domiciliari agli anziani e ai malati gravi, servizi territoriali consultoriali (consultori familiari, SERT, servizi per la salute mentale, servizi di riabilitazione per i disabili, ecc.), strutture semiresidenziali e residenziali (residenze per gli anziani e i disabili, centri diurni, case famiglia e comunità terapeutiche);

3. l'assistenza ospedaliera, il pronto soccorso, il ricovero ordinario, il day hospital e il day surgery, il ricovero in strutture per la lungodegenza e la riabilitazione, e così via.

## ASSISTENZA SANITARIA E IMMIGRAZIONE

**L'assistenza sanitaria, in Italia, è garantita a tutti i cittadini italiani, comunitari ed extracomunitari regolarmente o irregolarmente presenti nel territorio nazionale.**

Quando ti iscrivi al SSN riceverai un documento, il **“Tesserino sanitario personale”**, che dà diritto a ricevere cure mediche gratuitamente, oppure dietro pagamento di ticket sanitario (una quota a titolo di contributo). Il pagamento del ticket dipende dalla Regione in cui risiedi e dal tuo reddito.

Ogni Regione ha delle modalità diverse legate alle «Indicazioni per la corretta applicazione della normativa per l'assistenza sanitaria alla popolazione straniera da parte delle Regioni e Province autonome italiane», approvata dalla Conferenza permanente per i rapporti tra lo Stato, le Regioni e le Province autonome di Trento e Bolzano. Questo documento ha obbligato tutte le Regioni a dire quali sono i servizi sanitari per gli immigrati e con quali modalità devono essere erogati. Il documento è recente, quindi queste linee guida ancora non ci sono.

Il diritto alle cure riguarda le seguenti prestazioni:

- visite mediche specialistiche;
- visite mediche a domicilio;
- ricovero in ospedale;
- vaccinazioni;
- esami del sangue;
- radiografie ed ecografie;
- farmaci;
- assistenza riabilitativa e protesica.



## Se hai un regolare permesso di soggiorno (o se ne hai chiesto il rinnovo) devi iscriverti obbligatoriamente al Servizio Sanitario Nazionale:

- per lavoro subordinato, autonomo o per attesa occupazione;
- per motivi familiari;
- per asilo politico ;
- per protezione sussidiaria o per motivi umanitari;
- per richiesta di asilo, o affidamento;
- per acquisto della cittadinanza italiana.

## L'iscrizione al SSN è facoltativa se:

- sei uno studente o una persona alla pari anche per periodi inferiori a tre mesi;
- sei titolare di permesso di soggiorno per residenza elettiva e non svolgi alcuna attività lavorativa, se fai parte del personale religioso o di quello diplomatico e consolare, oppure in tutti gli altri casi esclusi dall'obbligatorietà.

L'iscrizione volontaria al SSN è effettuata dietro pagamento di un contributo forfettario annuale non frazionabile. Per iscriverti occorre pagare il contributo sul conto corrente regionale, che può essere chiesto alla ASL presso la quale risiedi.

Se sei uno straniero regolarmente soggiornante in Italia per un periodo superiore a tre mesi e non sei iscritto al SSN, sei obbligato ad assicurarti contro il rischio di malattia, di infortunio e per maternità, mediante la stipula di una polizza assicurativa privata.

## COME CI SI ISCRIVE AL SSN:

- l'iscrizione è gratuita, è valida anche per i familiari a carico del cittadino immigrato, purchè regolarmente soggiornanti.
- L'iscrizione è valida per tutta la durata del permesso di soggiorno e non decade nella fase di rinnovo: può essere, quindi, rinnovata anche presentando alla ASL la documentazione comprovante la richiesta di rinnovo di permesso di soggiorno.
- In caso di mancato rinnovo o di revoca del permesso di soggiorno, o in caso di espulsione l'iscrizione cessa, salvo che l'interessato provi di aver presentato ricorso contro i suddetti provvedimenti.
- l'iscrizione deve essere fatta presso l'Azienda sanitaria locale (ASL), dove è possibile scegliere il medico di base e il pediatra di famiglia. L'ASL rilascia la tessera sanitaria - Carta Regionale dei Servizi (CSR) – che permetterà di accedere a tutte le prestazioni di assistenza sanitaria.
- I documenti necessari all'iscrizione al SSN sono: documento di identità personale, codice fiscale, permesso di soggiorno, autocertificazione di residenza o dimora.



## Se non hai ancora il permesso di soggiorno:

- puoi usufruire delle cure sanitarie, ambulatoriali e ospedaliere urgenti e in ogni modo essenziali in modo continuativo per malattie e infortuni e dei programmi di medicina preventiva, utilizzando il codice STP (Straniero Temporaneamente Presente);
- l'accesso alle strutture sanitarie non può comportare alcuna segnalazione alle Autorità;
- non puoi essere espulsa, **se sei una donna in stato di gravidanza o nei 6 mesi successivi alla nascita del bambino**. In questo caso potrai richiedere un **permesso di soggiorno per cure mediche** (insieme al **padre del bambino se sposato e convivente**), rinnovabile fino ai 6 mesi di età del bambino e dovrai iscriverti al Servizio Sanitario Nazionale, presentando la documentazione che attesti la gravidanza in corso.

## COS'È E COME SI OTTIENE IL CODICE STP

È un documento che viene utilizzato al posto della tessera sanitaria per le persone extracomunitarie senza permesso di soggiorno.

Il tesserino STP può essere rilasciato da qualsiasi ASL e Azienda Ospedaliera, indipendentemente dal domicilio o luogo di dimora del richiedente.

Per ottenerlo è necessario firmare una “dichiarazione di indigenza”. Firmando questo documento ci si trova nella stessa situazione dei cittadini italiani. Questo significa che, se è previsto, bisognerà pagare un ticket per la prestazioni cui si accede. Le informazioni richieste allo straniero, e registrate presso il registro dell'ASL sono: nome, cognome, sesso, data di nascita, codice STP, recapito, nazionalità, data di rilascio. **Tali informazioni non devono, in ogni caso, essere inviate alla Prefettura ai fini della rendicontazione delle prestazioni.**

La struttura sanitaria deve comunque provvedere, anche in assenza di documenti d'identità, alla registrazione delle generalità fornite dall'assistito.

**Se l'immigrato chiede l'anonimato, il tesserino può essere rilasciato senza l'indicazione del nome e cognome.**

Il codice STP è valido su tutto il territorio nazionale, dura sei mesi e si può rinnovare.

Per ottenere l'STP di solito non dovrebbe servire un documento. Qualche volta viene però richiesto il passaporto per poter scrivere correttamente nome e cognome. Questo serve essenzialmente per tutelare il malato (ad esempio nel caso sia necessario contattare i suoi familiari, o il Consolato del suo paese).



## MATERNITÀ E PERMANENZA IN ITALIA

### Se non hai ancora il permesso di soggiorno ed aspetti un bambino:

- non puoi essere espulsa
- puoi chiedere direttamente alla Questura un permesso di soggiorno “per cure mediche”/maternità, valido da quando viene certificata la gravidanza fino al 6° mese di vita del tuo bambino, presentando il certificato medico e una dichiarazione di domicilio (tale permesso di soggiorno potrà essere richiesto anche dal padre del bambino, alla sua nascita, se è sposato e convivente con te). Il permesso di soggiorno per cure mediche/maternità non consente di svolgere attività lavorativa e non è rinnovabile né convertibile;
- hai diritto alle cure ambulatoriali e ospedaliere urgenti o considerate essenziali in modo continuativo durante la gravidanza ed il parto, presso gli ospedali pubblici o convenzionati con il Servizio Sanitario Nazionale. Riceverai lo stesso trattamento delle cittadine italiane anche in assenza di documenti;
- puoi effettuare la dichiarazione di nascita presso l’Ospedale o l’ufficio comunale senza correre il rischio di venire denunciata; allo stesso modo il padre del bambino, se è irregolarmente presente sul territorio e se non è sposato con te, può effettuare il riconoscimento del figlio naturale senza correre alcun rischio;
- puoi ricorrere alle vie giudiziarie per il riconoscimento della paternità se il padre del minore non vuole riconoscerlo dopo la nascita.

### Se hai figli minori e hai il permesso di soggiorno:

- fino ai 14 anni sono iscritti anche loro sul permesso di soggiorno o sul permesso di soggiorno CE per soggiornanti di lungo periodo (ex-carta di soggiorno) tuo e/o del padre (al minore verrà rilasciato un tesserino autonomo associato a quello del genitore);
- dopo i 14 anni sarà loro rilasciato un permesso di soggiorno per motivi

familiari (o un permesso di soggiorno C.E. per soggiornanti di lungo periodo se i genitori sono in possesso di tale permesso);

- a 18 anni, diventati maggiorenni, hanno diritto ad un permesso di soggiorno per studio, per lavoro subordinato/autonomo o per attesa occupazione. Inoltre, possono rinnovare il loro permesso di soggiorno per motivi familiari, purché i genitori dimostrino un reddito sufficiente al loro mantenimento.

**ATTENZIONE:** I cittadini stranieri nati in Italia da genitori regolarmente soggiornanti e che vi abbiano risieduto legalmente senza interruzioni dalla nascita e fino alla maggiore età, possono richiedere la cittadinanza italiana. L’istanza deve essere presentata entro il diciannovesimo anno di età al Comune competente per residenza.

### Se hai figli minori e non hai il permesso di soggiorno:

- potrai ottenere anche tu un permesso di soggiorno per motivi familiari, se i tuoi figli sono iscritti sul permesso di soggiorno del padre, anche se tu non sei spostata con lui. È essenziale, però, che tu abbia avuto un precedente permesso di soggiorno, scaduto da non più di un anno (anche se per cure mediche/gravidanza) e che il padre dimostri i requisiti di alloggio e reddito previsti per il ricongiungimento familiare
- il Tribunale per i Minori, per gravi motivi legati allo sviluppo psicofisico del minore che si trova in Italia, può autorizzare l’ingresso o la permanenza di un familiare, rilasciando a quest’ultimo un permesso “per assistenza minore”, che permette di lavorare regolarmente, ma che non può essere convertito in un permesso di soggiorno per lavoro
- anche se irregolari, i tuoi figli hanno diritto all’assistenza sanitaria e sono soggetti all’obbligo scolastico.



## DALLA GRAVIDANZA AL PARTO: I SERVIZI SANITARI

### La gravidanza

Se hai il dubbio di essere incinta, ci sono diversi segnali che possono farti pensare di aspettare un bambino:

- le mestruazioni non arrivano quando previsto;
- le mestruazioni si presentano in modo molto diverso dalle precedenti. Ad esempio hai nausea mattutine, vomito, lo stimolo ad urinare frequentemente.

Per essere sicura devi fare un test di gravidanza, acquistandolo in farmacia.

Se scopri di essere incinta puoi rivolgerti al consultorio familiare dove gli operatori ti accoglieranno e troverai la possibilità di effettuare gli esami periodici e le visite per tutto il periodo della gestazione. **Alle donne straniere, anche senza il permesso di soggiorno, il consultorio familiare offre gratuitamente tutte le prestazioni sanitarie.**

**La legge stabilisce il divieto al personale sanitario di denunciare situazioni di clandestinità.**

## IL CONSULTORIO FAMILIARE: di cosa si occupa e in quali casi puoi rivolgerti

Il consultorio è un servizio pubblico prevalentemente rivolto alla salute delle donne dove i singoli, le coppie, i giovani, le famiglie possono rivolgersi per chiedere aiuto e supporto su problemi sociali e sanitari.

**In queste strutture vengono garantiti la riservatezza e il segreto professionale.**

Nel consultorio familiare puoi trovare diversi operatori che potranno esserti utili: personale sanitario (medici, ostetrica e infermieri), assistente sociale, lo psicologo/a, a volte anche educatrice professionale/pedagogista, psicoterapeuta, consulente legale, mediatrice familiare.

È possibile chiedere di essere visitata solo ed esclusivamente da ginecologo, ostetrica, infermiere di sesso femminile.

### I SERVIZI OFFERTI

**Gravidanza**, assistenza dopo il parto e sostegno all'allattamento, **contraccezione**, **interruzione volontaria di gravidanza (IVG/aborto)**, prevenzione tumori (pap-test), menopausa, mediazione familiare in supporto a situazioni di separazione o divorzio, fertilità, infertilità, **violenza e maltrattamento su donne**, consulenza legale, **consulenza parto in anonimato**.



## Tutti gli esami che assicurano la tutela della gravidanza sono gratuiti

La prescrizione delle prestazioni di diagnostica, esami di laboratorio e delle prestazioni specialistiche è effettuata dai medici di medicina generale o dagli specialisti operanti presso le strutture accreditate e nei consultori familiari.

L'elenco di tali prestazioni è contenuto nel Decreto ministeriale del 10 settembre 1998 e i suoi allegati. In generale sono gratuite:

- le visite mediche periodiche ostetrico-ginecologiche;
- alcune analisi da eseguire prima del concepimento, per escludere la presenza di fattori che possano incidere negativamente sulla gravidanza. Se la storia clinica o familiare della coppia evidenzia condizioni di rischio per il feto, possono essere eseguite in esenzione tutte le prestazioni necessarie ed appropriate per accertare eventuali difetti genetici, prescritte dal medico specialista;
- gli accertamenti diagnostici, per ciascun periodo di gravidanza, per il controllo della gravidanza fisiologica. In caso di minaccia d'aborto, sono da includere tutte le prestazioni specialistiche necessarie per il monitoraggio dell'evoluzione della gravidanza;
- tutte le prestazioni necessarie ed appropriate per la diagnosi prenatale in gravidanza, nelle specifiche condizioni di rischio per il feto;
- tutte le prestazioni necessarie ed appropriate per il trattamento di malattie (preesistenti o insorte durante la gravidanza) che comportino un rischio per la donna o per il feto, prescritte di norma dallo specialista.

**ATTENZIONE:** chiedi sempre al ginecologo l'elenco degli esami indicati per la gravidanza

## Parto

Puoi partorire, gratuitamente e in sicurezza, scegliendo tra le strutture ospedaliere a disposizione sul territorio, attrezzate per il parto.

Se ti rivolgi al consultorio familiare, sono gli operatori a metterti in contatto con le strutture disponibili sul territorio e quali modalità per partorire sono attive presso la struttura che sceglierai.

Tuo marito, il tuo compagno o una persona che tu desideri può restare con te nel periodo del travaglio e del parto. In alcune strutture ospedaliere il neonato può restare vicino alla mamma, in altre i neonati sono custoditi in un reparto che si chiama "nido".

In alcuni casi, in presenza di condizioni o di complicazioni cliniche che impediscono il parto naturale, può essere necessario il ricorso al taglio cesareo.

## CHE COS'È IL TAGLIO CESAREO

Il taglio cesareo (TC) è un intervento chirurgico per mezzo del quale il ginecologo procede all'estrazione del feto. Può essere programmato, quando viene deciso prima dell'avvio del travaglio oppure urgente se le condizioni della madre o del feto durante il parto lo rendono necessario. È un intervento che si esegue in anestesia generale o locale.

**È UN TUO DIRITTO CHIEDERE INFORMAZIONI AL CHIRURGO E ALL'ANESTESISTA SU QUALE TIPOLOGIA DI INTERVENTO HANNO DECISO DI PRATICARE E RICORDATI DI LEGGERE E SOTTOSCRIVERE IL CONSENSO INFORMATO. SE HAI DIFFICOLTA' NEL CAPIRE IL CONSENSO INFORMATO CHIEDI SPIEGAZIONI AL PERSONALE SANITARIO.**

Il consenso informato è un documento che ti informa sulla tipologia di intervento e i rischi ad esso collegati.



## Assistenza sanitaria dopo il parto

Al rientro a casa dopo il parto potrai aver bisogno di sostegno, di informazioni, di assistenza per te e il tuo bambino.

Dopo il parto, dall'ospedale andrai via in "dimissione protetta". Questo significa che, su indicazione dei medici andrai a fare una visita in Ospedale per verificare lo stato di salute tua e del tuo bambino.

Puoi anche contattare un consultorio della zona vicino a casa tua e chiedere se ci sono delle ostetriche che possono farti una visita dopo parto per una valutazione sanitaria e consulenza contraccettiva (prescrizione, applicazione metodo contraccettivo); se sono organizzate nella tua zona attività di gruppo (gruppo sostegno dopo parto e allattamento; gruppo di massaggio del neonato; gruppi a tema per genitori); se ci sono delle associazioni che ti accompagnano nella fase di allattamento

## La depressione dopo il parto

La depressione post-partum o depressione post-natale è un disturbo dell'umore che colpisce il 10-20% delle donne nel periodo immediatamente successivo al parto.

Sintomi come le crisi di pianto, cambiamenti di umore, irritabilità generale, perdita dell'appetito, insonnia o all'opposto difficoltà a rimanere svegli, assenza di interesse nelle attività quotidiane e/o verso il neonato caratterizzano la depressione post-parto.

Nei casi in cui sia stata diagnosticata una vera e propria depressione post-partum si può intervenire con somministrazione di farmaci antidepressivi, tenendo conto tuttavia dei possibili effetti collaterali sulla madre e sul neonato,

soprattutto in caso di allattamento (la maggior parte dei farmaci è controindicato per l'allattamento e in ogni caso tutte le molecole assunte dalla madre passano, attraverso il sangue, nel latte prodotto dalle mammelle). Alla terapia medica va comunque abbinato un supporto psicologico o una vera e propria psicoterapia offerta direttamente dal servizio sanitario.

## Cure mediche per il neonato: il Pediatra di libera scelta

Ogni bambino, da 0 a 14 anni, ha diritto ad avere il proprio medico, che è il **pediatra**.

**In Italia ogni bambino ha diritto ad essere preso in cura da un pediatra, anche per le mamme migranti, iscritte al SSN o con il tesserino STP.**

Le regole dell'assistenza sanitaria per il tuo bambino sono le stesse regole stabilite per te:

- se hai un permesso di soggiorno e rientri nelle categorie per cui è obbligatorio iscriversi al SSN, anche il tuo bambino deve essere iscritto e deve avere il suo pediatra, secondo le modalità già descritte prima.
- Se hai il permesso di soggiorno ma puoi scegliere di non iscriverti al SSN allora anche il tuo bambino seguirà le procedure di pagamento di una polizza assicurativa o del pagamento di un contributo forfetario annuale per l'iscrizione.

Se non hai il Permesso di soggiorno anche il tuo bambino come te, potrà richiedere il codice STP come indicato precedentemente. Rivolgiti alla Asl più vicina a casa tua che ti indicherà un consultorio o un pediatra.

**ATTENZIONE:** Il pediatra non si occupa solamente del bambino quando è ammalato, ma ha il compito di seguire la crescita del bimbo attraverso visite periodiche, con la valutazione della crescita e con test di screening.



Le vaccinazioni sono molto importanti per la salute del bambino e della comunità.

In Italia le vaccinazioni sono distinte in:

- **obbligatorie:** la legge prevede che vengano fatte a tutti e l'ASL manda a casa l'invito con la data e il luogo in cui verranno fatte;
- **raccomandate:** sono tutte consigliate e l'ASL manda a casa l'invito con la data e il luogo in cui verranno fatte;
- **facoltative:** i genitori non sono obbligati ad effettuare tali vaccinazioni ai figli, ma il pediatra può consigliarne l'esecuzione o meno sulla base della storia clinica del bambino. In questo caso il genitore deve chiamare l'ASL per prendere appuntamento.

### Interruzione volontaria di gravidanza (Aborto)

Se aspetti un bambino, ma non sei certa di voler proseguire la gravidanza, presso **il consultorio** troverai personale specializzato che saprà ascoltarti e sostenerti nella tua scelta. La decisione di interrompere la gravidanza rappresenta sempre un momento difficile e drammatico nella vita di una donna e nessuna donna può affrontare con superficialità, leggerezza e in solitudine. Le ragioni che possono portarti alla decisione di interrompere la gravidanza sono molteplici.

Il personale del consultorio ti aiuterà a verificare se sul territorio dove vivi esistono servizi che ti possono aiutare nel superamento dei tuoi problemi, che siano essi di tipo economico, sociale o familiare.

In Italia è legale interrompere la gravidanza entro i primi 90 giorni dal concepimento che corrispondono in termini di ecografia a 12 settimane e 6 giorni.

L'interruzione volontaria di gravidanza si svolge in maniera riservata e indipendentemente dal consenso del padre. Le donne straniere, anche senza permesso di soggiorno, possono ricorrere all'aborto gratuitamente. Trascorsi i

90 giorni di gravidanza, l'interruzione è permessa solo a scopo terapeutico, cioè quando è a rischio la salute psicofisica della donna. In Italia l'interruzione di gravidanza può essere praticata esclusivamente presso strutture sanitarie.

Per ricorrere all'aborto è necessaria una certificazione che accerti la datazione della gravidanza che può essere rilasciata dal ginecologo. Con questa certificazione, dopo sette giorni, puoi essere sottoposta all'intervento presso l'ospedale che hai scelto. Hai comunque la possibilità di cambiare decisione fino a prima dell'intervento e continuare la gravidanza riparlandone con il personale del consultorio.

Se aspetti un bambino, sei minorenni e vuoi ricorrere all'aborto lo puoi fare con l'autorizzazione di entrambi i tuoi genitori. Se non vuoi informare i tuoi genitori o loro non sono presenti è necessaria un'autorizzazione del giudice tutelare e presso il consultorio troverai l'assistente sociale e lo psicologo che ti accompagneranno.

L'interruzione volontaria di gravidanza non è un contraccettivo, non preclude la possibilità di avere altre gravidanze in seguito ma se ripetuto può compromettere la salute della donna.



## CONTRACCEZIONE

Per evitare gravidanze indesiderate puoi farlo con l'uso corretto di contraccettivi. I più comuni metodi contraccettivi sono:

### PRESERVATIVO

Il preservativo o profilattico (efficacia dal 85% al 98%) è un contraccettivo. Consiste in una sottile guaina di gomma naturale che va infilata sull'organo maschile eretto prima di ogni rapporto sessuale per impedire che lo sperma penetri in vagina.

Il preservativo è l'unico metodo contraccettivo efficace contro il rischio da HIV/AIDS e da altre malattie sessualmente trasmissibili (epatiti, sifilide, gonorrea).

### DIAFRAMMA

Il diaframma vaginale (efficacia reale 84%) è un cappuccio di gomma morbida con bordo spesso che copre l'apertura della vagina fino all'utero. Deve essere spalmato di crema, o gelatina spermicida prima di essere inserito nella vagina prima di ogni rapporto sessuale (2/3 ore prima). Non deve essere assolutamente tolto prima che siano trascorse 6 ore dall'ultimo rapporto.

Occorre una visita ginecologica per stabilire la misura e il tipo da utilizzare. Il suo utilizzo può essere interrotto in qualsiasi momento.

### CONTRACCETTIVI ORMONALI

I contraccettivi ormonali sono piccole dosi di ormoni che assunte in maniera continuata nel tempo in modo corretto riducono del 99,9% la possibilità di una gravidanza. Fanno parte di questo gruppo:

- **Pillola** (efficacia da 92% al 99,7%): è il metodo contraccettivo ormonale più diffuso, viene assunta per bocca giornalmente ed ogni pillola ha le sue indicazioni d'uso. Esiste un tipo di pillola, chiamata minipillola ideale per la donna che sta allattando e che non crea problemi al bambino. La maggior parte delle pillole sono a pagamento, anche se ne esistono alcuni tipi gratuiti che vengono prescritti al consultorio.

- **Anello vaginale** (efficacia dal 92% al 99,7%): si tratta di un anello di materiale trasparente e flessibile da inserire in vagina tra il primo e il quinto giorno dalla comparsa della mestruazione. Va cambiato ogni tre settimane osservando un intervallo di sette giorni.
- **Cerotto contraccettivo** (efficacia da 92% al 99,7%): va applicato su una parte del corpo, deve aderire bene alla pelle. Deve essere sostituito ogni sette giorni, osservando una pausa ogni tre settimane durante la quale rimane integra l'efficacia contraccettiva.

### SPIRALE

Lo IUD, chiamato anche spirale (efficacia 99,4%), è un dispositivo in plastica e rame che impedisce il processo di fecondazione. Deve essere inserito e rimosso dall'utero da parte del ginecologo e la sua durata è da 3 a 5 anni. Non è consigliato alle donne giovani che non hanno ancora partorito.

### METODI CONTRACCETTIVI NATURALI

I metodi contraccettivi naturali (temperatura basale, OginoKnaus, Billings, efficacia 75% - 91%) si basano sull'astensione dai rapporti naturali durante il periodo fertile, calcolato in modo diverso secondo il metodo scelto. Non sono molto attendibili perché non è facile riconoscere i segni dell'ovulazione e anche per la variabilità del ciclo della donna. Il coito interrotto consiste nella tempestiva estrazione del pene dalla vagina prima dell'eiaculazione. Ha una scarsa efficacia perché già nel liquido di lubrificazione prodotto dall'uomo all'inizio del rapporto possono essere presenti spermatozoi capaci di fecondare.

### CONTRACCETTIVI D'EMERGENZA

La "pillola del giorno dopo" non è un metodo contraccettivo e va usata solo in caso d'emergenza. Le compresse sono da assumere dopo un rapporto non protetto e vanno prese entro le 48 ore, massimo 72 ore, dal rapporto a rischio. Un'alternativa valida è l'inserimento della spirale (da parte del ginecologo) entro 5 giorni dal rapporto a rischio.



## MATERNITÀ E LAVORO

La tutela della maternità è regolata dalla legge e dai contratti nazionali di lavoro. Pertanto, molti dei diritti delle donne immigrate in gravidanza dipendono anche dal tipo di lavoro che svolgono.

### Se sei una lavoratrice dipendente regolare:

- non puoi essere licenziata dall'inizio della gravidanza fino al compimento di un anno d'età del bambino, salvo per giusta causa;
- hai diritto al congedo di maternità (non lavori ma percepisci ugualmente il tuo compenso) due mesi prima della data presunta del parto e tre mesi dopo la nascita del tuo bambino, oppure un mese prima del parto e quattro mesi dopo la nascita; durante questo periodo hai diritto all'indennità di maternità (80% della retribuzione a seconda del tuo contratto di lavoro);
- puoi chiedere anche il congedo parentale (astensione facoltativa) fino a quando il tuo bambino avrà compiuto otto anni, per un massimo di 6 mesi; lo stesso congedo può essere utilizzato anche dal padre, per un totale di 7 mesi. I congedi richiesti da entrambi i genitori non possono superare gli 11 mesi. Durante questo periodo, la tua retribuzione sarà ridotta al 30% per sei mesi e per i periodi successivi solo se non superi un certo reddito;
- hai diritto, dopo la nascita del bambino, a due ore giornaliere di riposo per allattamento, se hai un orario di lavoro di almeno sei ore quotidiane; hai diritto, inoltre, a permessi in caso di malattia del tuo bambino;
- se hai una gravidanza difficile o svolgi un mestiere faticoso? Puoi chiedere l'interdizione anticipata dal lavoro (cioè il divieto di lavorare) rivolgendoti all'Ispettorato del Lavoro competente

### Se sei collaboratrice domestica:

- hai diritto solo al congedo di maternità per 2 mesi prima del parto e 3 mesi dopo il parto. Per avere diritto all'indennità di maternità (cioè per percepire ugualmente il tuo compenso) devi avere versato almeno 6 mesi di contributi

settimanali nell'anno precedente o, in alternativa, 1 anno di contributi nel biennio antecedente l'inizio del periodo di astensione. Non puoi essere licenziata da quando sei in gravidanza fino al termine del congedo di maternità dopo il parto;

- in caso di gravidanza a rischio puoi rivolgerti all'Ispettorato del Lavoro competente
- in caso di dimissioni presentate prima della fine del congedo di maternità non sei tenuta a dare il preavviso al datore di lavoro.

### Se sei collaboratrice a progetto:

- hai diritto alla maternità anticipata, quando la gravidanza è difficile e svolgi un lavoro faticoso;
- hai diritto al congedo di maternità come le lavoratrici dipendenti (cioè puoi astenerarti dal lavoro per 5 mesi);
- puoi chiedere il congedo parentale per 3 mesi, ma solo nel primo anno di vita del bambino;
- l'indennità di maternità non ti viene pagata dal tuo datore di lavoro ma devi presentare la domanda direttamente all'INPS (l'Istituto Nazionale di Previdenza Sociale).

Laddove hai difficoltà per i servizi indicati nelle pagine precedenti o se hai bisogno di informazioni e tutela dei tuoi diritti rivolgiti allo sportello del Tribunale per i diritti del malato di Cittadinanzattiva più vicino a te oppure alla sede nazionale di Cittadinanzattiva

CITTADINANZATTIVA ONLUS  
VIA FLAMINIA, 53  
00196 ROMA  
06.36.71.81  
[www.cittadinanzattiva.it](http://www.cittadinanzattiva.it)  
[pit.salute@cittadinanzattiva.it](mailto:pit.salute@cittadinanzattiva.it)



## Questo l'elenco delle nostre sedi territoriali

### Abruzzo

CH Chieti  
via Sulmona 75 66100  
Tel. 0871/070624 - [annamaria.scapati@fastwebnet.it](mailto:annamaria.scapati@fastwebnet.it)

### Alto Adige - Südtirol

Sede legale c/o CMG Scs onlus  
via S. Quirino 40 39100  
Tel. 327-0475723 - Fax. 0471/407581  
Ufficio per appuntamenti: Piazza A.W. Loew-Cadonna, 12  
39100 Bolzano (ex Via Amba Alagi 20) 6° piano stanza n. 619  
mart.10,00/12,00 - giov.15,00/17,00 Tel: 333-5438189  
[www.cittadinanzattiva-altoadige.org](http://www.cittadinanzattiva-altoadige.org)  
[cittadinanzattiva-altoadige@cittadinanzattiva-altoadige.org](mailto:cittadinanzattiva-altoadige@cittadinanzattiva-altoadige.org)  
Solo per urgenza 339-6414130

### Basilicata

MT Policoro c/o osped.  
via Salerno 75025  
Tel. 0835/986306 - [cittadinanzattivabas@tiscali.it](mailto:cittadinanzattivabas@tiscali.it)

### Calabria

RC Villa S.Giovanni  
via Famiglie Azzarello 23 89018  
Tel. 0965/795544 0965/795544 - [cittadinanzattivacalabria@yahoo.it](mailto:cittadinanzattivacalabria@yahoo.it)

### Campania

Per informazioni - [commissaricampania@cittadinanzattiva.it](mailto:commissaricampania@cittadinanzattiva.it)

### Emilia-Romagna

BO Bologna  
via Irma Bandiera 3 40134  
Tel. 051/19985606 - [segreteria@cittadinanzattiva-er.it](mailto:segreteria@cittadinanzattiva-er.it)  
[f.malagrino@cittadinanzattiva.it](mailto:f.malagrino@cittadinanzattiva.it)

### Friuli Venezia-Giulia

UD Tavagnacco  
c/o sede Municipio piazza Indipendenza 1 33010  
Tel. 3338/843200 - [c.sanna@cittadinanzattiva.it](mailto:c.sanna@cittadinanzattiva.it),  
[informazioni@cittadinanzattivafvg.it](mailto:informazioni@cittadinanzattivafvg.it)

### Lazio

RM Roma  
viale Angelico 28 00195  
Tel. 06/3729924 06/6385881 - [roma@cittadinanzattiva.it](mailto:roma@cittadinanzattiva.it)

### Liguria

GE Chiavari  
via Colonn.Franceschi 42 16043  
Tel. 0185/324612 0185/324612 - [cittadinanzattivailiguria@yahoo.it](mailto:cittadinanzattivailiguria@yahoo.it)

### Lombardia

MI Milano  
via Rivoli 4 20121  
Tel. 02/70009318 02/36532636 - [info@cittadinanzattivalombardia.com](mailto:info@cittadinanzattivalombardia.com)

### Marche

AN Ancona  
via G.Marconi 227 60125  
Tel. 071/43437 071/2149015 - [cittadinanzattiva\\_ancona@yahoo.it](mailto:cittadinanzattiva_ancona@yahoo.it)



### **Molise**

Campobasso - [cittadinanzattivamolise@gmail.com](mailto:cittadinanzattivamolise@gmail.com)

### **Piemonte**

TO Torino c/o osped.S.Giovanni Antica Sede

via Cavour 31 10123

Tel. 011/8122381 011/8124473 - [c.a.torino@libero.it](mailto:c.a.torino@libero.it)

### **Puglia**

FG San Severo

via Cantatore 32 71016

Tel. 3292921273 0882/221599 - [toninodangelo@libero.it](mailto:toninodangelo@libero.it)

### **Sardegna**

CA Cagliari

via Ariosto 24 09129

Tel. 070/482526 070/482526 - [cittadinanzattivasa1@tiscali.it](mailto:cittadinanzattivasa1@tiscali.it)

### **Sicilia**

CT Catania c/o Proved.agli Studi via Coviello 15/A 95128

Tel. 095/503438 095/503438 - [segreteria@cittadinanzattivasicilia.com](mailto:segreteria@cittadinanzattivasicilia.com)

mart.merc.giov.9,00/13,00

### **Toscana**

LU Lucca

via Fiorentini 25 55100

Tel. 0583/467544 0583/467544 - [cittadinanzattivatoscana@email.it](mailto:cittadinanzattivatoscana@email.it)

### **Trentino**

TN Riva del Garda

via Concordia 25 38066

Tel. 0464/552869 0464/552869 347/4322164

[info@cittadinanzattivadel trentino.it](mailto:info@cittadinanzattivadel trentino.it)

mart.16,30/18,30-sab.9,30/11,30

### **Umbria**

PG Spoleto

via XXV Aprile 44 - 06049 - mart.merc.ven.9,00/12,00

Tel. 0743/222208 0743/222208 - [cittattiv.umbria@libero.it](mailto:cittattiv.umbria@libero.it)

### **Veneto**

VR Verona via M.D'Azeglio 27 37123

Tel. 338/1519010 - [ca.regioneveneto@alice.it](mailto:ca.regioneveneto@alice.it)

### **Valle d'Aosta**

[cittadinanzattiva.valledaosta@gmail.com](mailto:cittadinanzattiva.valledaosta@gmail.com)



### LINK UTILI

- <http://www.poste.it/azienda/ufficipostali/eli2/soggiorno/>
- [https://www.inps.it/AgendaSedi/info\\_patronati.asp](https://www.inps.it/AgendaSedi/info_patronati.asp)
- <http://www.cgil.it/Sedi/default.aspx>
- <http://www.portaleimmigrazione.it/>
- <http://www.salute.gov.it/saluteDonna/paginaInternaMenuSaluteDonna.jsp?id=912&menu=strumentieservizi>
- [www.cittadinanzattiva.it](http://www.cittadinanzattiva.it)
- <http://www.immigrazione.biz/guide/salute.php>

INTEGRAZIONE  
 FORMA DELLE ISTITUZIONI  
 IZI PUBBLICI  
 SOSTENIBILITÀ  
 LEVANZA  
 AMBIENT CIVICO  
 EMPowerMENT  
 ENOIZAMENT  
 COMUNICAZIONE  
 SICUREZZA  
 ENERGIE  
 CONSUMATORI  
 FEDERALISMO  
 UNIVERSALITÀ  
 INFORMAZIONE  
 CIVICA COMUNITÀ  
 NETWORK  
 ATTIVISMO  
 CONSUMATORI  
 SCUOLA  
 SENSO CIVICO  
 SALUTE  
 CITTADINANZA  
 DI IMPRESA  
 AMBIENTE  
 CIVICO  
 INFORMAZIONE CIVICA

Progetto partecipato per il miglioramento dell'accesso  
 al percorso nascita da parte delle donne immigrate,  
 finanziato dal Ministero del Lavoro e delle Politiche  
 Sociali ai sensi della lett. d) o lett. f) della L. 383/2000  
 – Direttiva annualità 2011



MINISTERO DEL LAVORO  
 E DELLE POLITICHE SOCIALI



Cittadinanzattiva onlus

via Flaminia 53 - 00196 Roma

Tel. +39 06367181 Fax +39 0636718333

[www.cittadinanzattiva.it](http://www.cittadinanzattiva.it)

