Comunicato stampa

**8 maggio, Festa della Mamma: dall’Ospedale San Giuseppe di Milano**

**arrivano i consigli *“salva-mano”* per la gestione del bebè**

***Una neomamma su due va incontro a Sindrome del Tunnel Carpale o di De Quervain ma il 70% non sa che gravidanza e puerperio possono causare disturbi agli arti superiori.***

***Una équipe di esperti dello storico ospedale milanese stila le indicazioni utili per prendersi cura del bambino senza affaticare le mani***

**Milano, 6 maggio 2022 –** Domenica 8 maggio sarà la Festa della Mamma ed è proprio il caso di dirlo, per diventare mamme **“occorre prenderci la mano”**. Quando una donna si ritrova per la prima volta fra le braccia un figlio, sono molte le nuove azioni a cui deve abituarsi: sollevarlo dalla culla, allattarlo, cambiargli il pannolino, vestirlo e svestirlo etc. Più spesso di quanto si creda, la **nuova gestualità** può portare con sé **disturbi da sovraccarico dell'arto superiore**, come **Sindrome del Tunnel Carpale** e **di De Quervain**. Per aiutare a eseguire questi gesti, apparentemente semplici e naturali, nel modo più corretto possibile, **arrivano le istruzioni dell’Ospedale San Giuseppe di Milano – Gruppo MultiMedica**, nate dalla task force tra il **Dipartimento Materno-Infantile** e l’**Unità Operativa di Chirurgia della mano**.

*“Circa la metà delle neomamme va incontro a qualche forma di disturbo della mano, con sintomi che spaziano dalla diminuzione della percezione tattile e del movimento fino a problematiche motorie caratterizzate da una minore forza nello stringere gli oggetti”*, spiega **Stefano Bianchi,** Direttore del Dipartimento Materno-Infantile dell’Ospedale San Giuseppe e Professore all’Università degli Studi di Milano. *“Si tratta di fenomeni che compaiono soprattutto nell’ultimo trimestre di gravidanza – indotti dai cambiamenti ormonali, dalla redistribuzione dei fluidi corporei e da un’alterazione nella struttura dei legamenti – ma che si accentuano soprattutto dopo il parto, nelle prime fasi dell’allattamento, favoriti anche dalla nuova gestualità richiesta per accudire il neonato”.*

Alla luce di queste evidenze, **ostetriche, pediatri e terapisti della mano** dell’Ospedale San Giuseppe **hanno collaborato** per mettere a punto una serie di indicazioni pratiche, con il proposito di aiutare le neomamme a svolgere le più comuni attività di gestione del bambino, senza sovraccaricare le mani. Tra queste speciali **“lezioni” di rieducazione posturale**, **che il nosocomio milanese è l’unico in Lombardia ad aver previsto all’interno dei corsi di preparazione alla nascita**, vi sono: **consigli per sollevare il neonato dalla culla** (mettere una mano sotto il sederino e la schiena e l’altra sotto la testa), **per l’allattamento** (tenere il bimbo vicino al corpo e porre un cuscino sotto al gomito), **per il cambio del pannolino** (sollevare il bebè, mettendo la mano sotto il sederino), **per spingere il passeggino** (tenere entrambe le mani sul manubrio, con i polsi paralleli tra loro).

*“Nella maggior parte dei casi, le Sindromi del Tunnel Carpale e di De Quervain sviluppate dalle neomamme tendono a risolversi spontaneamente”*, commenta **Giorgio Pajardi**, Direttore dell’Unità Operativa di Chirurgia della mano del Gruppo MultiMedica e Professore all’Università degli Studi di Milano. *“Sono, infatti, forme lievi che non si cronicizzano. Ciononostante, è importante far passare il messaggio che, con adeguati accorgimenti posturali, questi disturbi possono essere gestiti se non prevenuti del tutto. È la prima volta che, all’interno di un corso di accompagnamento alla nascita, vengono introdotti insegnamenti di questo tipo”.*

Spesso vi è una scarsa consapevolezza del problema, come dimostrano i risultati di **un sondaggio condotto su 150 neomamme**. *“Siamo intervenute in maniera preventiva con lezioni di gestualità durante i corsi preparto e, successivamente, con corsi post parto in reparto di ginecologia ed ostetricia”,* illustra **Elena Marta Mancon**, Fisioterapista presso l’Unità Operativa di Chirurgia della mano del Gruppo MultiMedica, che ha seguito il progetto con alcune colleghe. *“I nostri corsi hanno preso in considerazione i movimenti più spesso compiuti dalle neomamme, fornendo pratici consigli di immediata utilità; abbiamo anche realizzato una brochure informativa. Tra le donne che abbiamo intervistato,* ***quasi il 70% afferma di non essere consapevole dei disturbi agli arti superiori legati alla gravidanza e al puerperio*** *e solo il 38% conosce la figura del terapista della mano”*. *“Abbiamo, inoltre, condotto un’ulteriore indagine su 40 partecipanti al nostro corso di gestualità. Ne è emerso come* *tutte abbiano trovato interessanti gli argomenti trattati e utile la presenza del terapista della mano all’interno dei corsi preparto”.*

La collaborazione tra il Dipartimento Materno-Infantile e l’Unità Operativa di Chirurgia della mano del Gruppo MultiMedica non si limita alla gestione dei disturbi alle mani delle mamme, molto frequenti ma fortunatamente poco severi. Riguarda anche le ben più **complesse patologie agli arti superiori dei neonati**, piuttosto **rare ma potenzialmente serie nelle conseguenze**. Parliamo di malformazioni congenite o problematiche non prevedibili nella fase di espulsione del feto: per affrontarle tempestivamente, la Neonatologia dell’Ospedale San Giuseppe può avvalersi della consulenza di un’Unità Operativa di chirurgia della mano che è un’eccellenza a livello nazionale.

---

**Il Dipartimento Materno-Infantile dell’Ospedale San Giuseppe**

*Con circa 1.200 parti all’anno, il Dipartimento Materno-Infantile è da sempre un fiore all’occhiello dell’Ospedale San Giuseppe, dove tutto lo staff opera secondo la convinzione che la qualità della vita fisica e intellettiva dell’adulto dipenda in gran parte non solo dall’assistenza ricevuta alla nascita, ma anche da quella data alla madre durante tutta la gravidanza e oltre. Tra i servizi che la struttura mette a disposizione delle neomamme: lo Sportello Nascite, dove poter programmare tutto il percorso sanitario della gravidanza (visite, corsi, parto, visite post-partum etc.), un’assistenza ostetrica personalizzata, anche a domicilio o telefonica, un servizio di sostegno psicologico dedicato ai neogenitori prima e dopo il parto, l’analgesia epidurale 24 ore su 24 e 365 giorni all’anno, una banca del latte umano donato.*

**Per informazioni:**

<https://www.multimedica.it/>

**Ufficio Stampa Value Relations Media**

Francesca Alibrandi – f.alibrandi@vrelations.it | 335 8368826

Antonella Martucci – a.martucci@vrelations.it | 340 6775463

**Ufficio Relazioni esterne e Comunicazione Gruppo MultiMedica**

Francesca Scollo – francesca.scollo@multimedica.it

Pierluigi Villa - ufficio.stampa@multimedica.it | 02 85994108