

Diventare mamma ai tempi del coronavirus

Prof.ssa Alessandra Graziottin

Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica

H. San Raffaele Resnati, Milano

«Sono incinta al sesto mese. E' il nostro primo figlio! Eravamo così felici! Ma adesso che rischi ci sono con questo sciagurato Coronavirus?!». Le donne in gravidanza e le loro famiglie si interrogano con un'ansia duplicata, pensando al loro piccolo. Doveroso dare notizie tempestive, aggiornate, basate sulle evidenze disponibili.

Il nostro Istituto Superiore di Sanità (ISS) sta facendo un ottimo lavoro. Da un lato ha riunito gli esperti delle pertinenti Società Scientifiche Nazionali, per distillare le raccomandazioni più importanti da adottare in ogni ambulatorio ostetrico, per le visite e gli esami durante la gravidanza, che continuano ad essere regolarmente forniti, e in ospedale, per il trattamento delle gravidanze ad alto rischio (per problematiche come l'ipertensione severa o per il Covid-19), per il parto e per le indicazioni sull'allattamento. Dall'altro ha messo a disposizione le indicazioni principali sul proprio sito in cui ogni lettore, medico e non, può trovare anche gli articoli scientifici di riferimento, con dati settimanalmente aggiornati. Queste le fonti per rispondere ai quesiti più frequenti che una donna mi pone e pone ai propri ginecologi.

Quali precauzioni si devono tenere? Le stesse della popolazione generale: igiene frequente e accurata delle mani, attenzione a evitare il contatto con soggetti malati o sospetti, rispetto della distanza di sicurezza interpersonale di almeno un metro, secondo quanto indicato dal Ministero della Salute. Il tampone va effettuato per ora solo in presenza di sintomi o se si è entrate in contatto con soggetti infetti.

Una donna incinta ora, che sia al primo o al nono mese, è più a rischio di una donna che non sia in gravidanza? I dati finora disponibili sembrano rassicuranti: non sono state evidenziate differenze, rispetto alle donne non gravide, nonostante la gravidanza sia fisiologicamente uno stato di relativa immunodepressione. Il 50% dei geni del feto vengono dal papà, e sono sconosciuti per il sistema immunitario della mamma. Il piccolo è quindi per il 50% un estraneo, come se fosse un trapianto da donatore ("allograpianto"). L'evoluzione ha previsto questa finestra temporale di immunotolleranza affinché la gravidanza possa procedere bene fino a termine... purché non ci siano infezioni. Per questo dico "sembrano", perché invece le precedenti SARS del 2003 e MERS del 2012 sono state più aggressive proprio contro le donne in gravidanza. Quindi massima auto-protezione.

Se la mamma contrae una polmonite da Covid-19, quali rischi ci sono per il piccolo? La polmonite in gravidanza, da virus o da batteri, è sempre un problema molto serio. I pochi dati finora disponibili sul Covid-19 vengono dalla Cina, su 15 gravide. Sono stati pubblicati su Lancet, autorevole rivista scientifica, Le donne cinesi con polmonite da Covid-19 sono state sottoposte a cesareo di elezione, con bambini nati bene (Apgar 8-9 alla nascita, Apgar 9-10 dopo 5 minuti. L'Apgar è una sintesi di valutazione dei parametri vitali, come il nostro voto in pagella: 10 è il massimo). E' stata fatta la ricerca del virus nel liquido amniotico, nel cordone ombelicale e in bocca ai neonati: tutto negativo. In questo gruppo, peraltro molto esiguo, non è stato dimostrato il passaggio verticale del virus attraverso la placenta, da mamma a feto, diversamente da altre infezioni virali nelle gravide.

E per quelli concepiti ora? Attenzione: mai bambini "per caso" o "se arriva, siamo contenti". Prudenza! Se proprio si pensa a un figlio, su consiglio del proprio medico è bene fare gli esami preconcezionali e assumere integratori polivitaminici specifici (acido folico, ferro, iodio, vitamine del gruppo B, vitamina D...) già tre mesi prima del concepimento, e poi in gravidanza e allattamento. E' un segno di amore e di responsabilità verso il bimbo che verrà, per iniziare bene il viaggio più importante della vita. L'utero è la prima cameretta che il bambino abita, e il corpo della mamma è la sua prima casa. Giusto accoglierlo bene, evitando anche alcol, fumo o droghe, che aumentano i rischi, anche quelli infettivi.

E dopo il parto? E' da evitare la giostra dei parenti felici: tutti a casa propria e congratulazioni sui social sino alla fine dell'emergenza.

Allattamento? Sì, con mascherina e mani lavate.

Bene invece i papà a casa, mi dicono le neomamme. Anche quelli che lavoravano tanto, ora vivono un inatteso "paternity leave": in un periodo oscuro, una piccola luce.