



# LiberaMente

*Le tips di Giulia  
su gravidanza  
e genitorialità*



# LiberaMente...

## gravidanza e genitorialità



### Gravidanza



Una gravidanza in carrozzina è quasi sempre possibile, a meno che non ci siano altri problemi o difficoltà correlate.



Uno dei cambiamenti che potrebbe arrivare con la gravidanza è legato alla **gestione del cateterismo**: una pratica che solitamente le persone che hanno una para/tetraplegia devono effettuare per svuotare la propria vescica. In questo periodo infatti **potrebbe aumentare** il numero di volte in cui vada svuotata la vescica e, di conseguenza, anche **il numero dei cateterismi**. Per questo è molto importante attenersi alle indicazioni del proprio specialista di riferimento, anche per evitare infezioni delle vie urinarie che possono rappresentare un rischio per la gravidanza.



Un cambiamento fisico importante che abbiamo notato è lo **spostamento del baricentro**. L'equilibrio per tutte le donne in gravidanza cambia, quindi bisogna fare molta attenzione ai passaggi dalla carrozzina ad altre sedute.



Che io sappia non esistono ospedali specializzati in gravidanze o parti in carrozzina, ma **le Unità Spinali sul territorio sapranno consigliarvi a quale medico e ospedale fare riferimento**.

### Genitorialità



Ricordatevi che essere genitori è un percorso bellissimo e come tutti i percorsi è strettamente personale. Ascoltate il parere di tutti, soprattutto quello degli esperti, seguite poi il vostro istinto e i vostri bisogni. **Vivete il più possibile la genitorialità come coppia**, aiutandovi a vicenda nella quotidianità.



**I primi 3 anni della vita del bambino sono molto importanti** quindi cercate di viverli a pieno!



Per le future mamme in carrozzina sono disponibili **tantissimi passeggini e accessori**, indagate e siate curiose. Ricordatevi che il miglior modo di approcciarsi a questa nuova avventura è scoprire man mano come adattarvi alle varie evenienze, capendo al momento cosa potrebbe esservi più utile



A chi ha paura di intraprendere questo nuovo viaggio vorrei dire di avere coraggio e ricordare che **l'aspetto più importante è l'amore che si può dare ad un figlio**.

Al prossimo appuntamento, *Giulia*