



ORDINE DELLA
PROFESSIONE OSTETRICA
DELLA PROVINCIA DI MODENA



La maternità è un evento della vita familiare tutelato dalla Costituzione che all'art. 37 così recita: "La donna lavoratrice ha gli stessi diritti e, a parità di lavoro, le stesse retribuzioni che spettano al lavoratore. Le condizioni di lavoro devono consentire l'adempimento della sua essenziale funzione familiare e assicurare alla madre e al bambino una specie adeguata protezione".

RIEPILOGO DEI PERIODI DI ASTENSIONE DAL LAVORO

ASTENSIONE DAL LAVORO D.lgs. 151/2001	DURATA		TRATTAMENTO ECONOMICO
Controlli prenatali (art. 14)	illimitata		interamente retribuito
Astensione anticipata (art. 17)	illimitata		80% della retribuzione (salvo migliore trattamento dei CCNL)
Astensione obbligatoria congedo di maternità (art. 16)	5 mesi complessivi: 2 mesi prima e 3 mesi dopo il parto (art. 16) 1 mese prima e 4 dopo il parto (art. 20)		80% della retribuzione (salvo migliore trattamento dei CCNL)
Astensione facoltativa congedo parentale (art. 32)	10 mesi in mancanza di un genitore o in totale tra i 2 genitori		Retribuiti in totale 6 mesi al 30% della retribuzione
	Alla madre 6 mesi continuativi o frazionati nei primi 8 anni di vita del figlio, al padre idem ma se richiede 3 mesi consecutivi ha un bonus di 1 mese in più (11 mesi totali) Gemelli doppio	nei primi 3 anni	
		fra i 3 e gli 8 anni del bambino	30% solo se il reddito è inferiore a 2,5 volte la pensione minima INPS
Riposi e permessi per allattamento (art. 39)	Entro 1 anno di vita: 1 ora se l'orario è inferiore a 6 ore giornaliere, 2 ore se è superiore		Interamente retribuito
Congedo per malattia del figlio (art. 47)	Fino al 3° anno di vita del bambino tutte le malattie di ciascun figlio		non retribuito
	Dai 3 agli 8 anni 5 giorni all'anno		retribuiti 5 giorni

Rivolgersi per ulteriori
informazioni ai patronati;
INPS, ufficio risorse umane

Per bambini con bisogni
speciali rivolgersi agli enti
competenti per agevolazioni
dedicate

A chi spettano:

- Lavoratrici dipendenti assicurate all'Inps anche per la maternità (apprendiste, operaie, impiegate, dirigenti)
- Lavoratrici agricole a tempo determinato che hanno lavorato per 51 giornate nell'anno precedente a quello di fruizione dei riposi oppure nello stesso anno dei riposi, prima dell'inizio degli stessi
- Lavoratrici occupate nei LSU (lavori socialmente utili) o nelle APU (attività di pubblica utilità).

Sono concessi anche durante il congedo parentale del padre.

Il **congedo obbligatorio di paternità** è stato confermato anche per il 2022 e allungato. I neopapà lavoratori dipendenti potranno fare **10 giorni di assenza retribuita dal lavoro**. La misura è estesa anche ai casi di morte perinatale. Vediamo come funziona, quanti giorni spettano e quali sono le regole.

L'allattamento nel parto gemellare o plurimo

La durata dei riposi giornalieri raddoppia in caso di parto plurimo, quindi, quando la nascita è almeno gemellare, i periodi di riposo spettanti nel primo anno di vita dei bambini raddoppiano. Ciò significa che spettano 4 ore o 2 ore di permessi al giorno, a seconda dell'orario quotidiano del genitore richiedente. Il raddoppio delle ore è indipendente dal numero di gemelli.

CONSERVAZIONE DEL LATTE MATERNO

per un bambino sano, nato a termine

LATTE	TENUTO DOVE	TEMPERATURA	IDEALE/ACCETTABILE
Fresco	Temperatura ambiente	26°	4 ore - 6 ore
Fresco	Frigo (parte più fredda)	< 4°	4 gg - 8 gg
Fresco	Congelatore frigo a 2 porte	- 18°	3 mesi - 6 mesi
Fresco	Congelatore separato	- 20°	6 mesi - 12 mesi
Congelato	Posto nel frigo	< 4°	24 ore
La durata non è cumulabile Temperatura di un elettrodomestico più elevata = Minor durata del latte			
PER SCALDARE IL LATTE MATERNO USARE COME METODO IL BAGNO MARIA NO FORNO A MICRONDE			

TUTTI I BENEFICI DELL'ALLATTAMENTO
PERDURANO ANCHE NEL RIENTRO
AL LAVORO, E' UN MONDO
CHE PUO' FAR PAURA MA CI SONO
SUGGERIMENTI UTILI.

CHE PUOI FAR PROPRI E TROVARE STRATEGIE OTTIMALI
PERSONALIZZATE PER TE E IL TUO BAMBINO

Se il tuo orario di lavoro ti porta molte ore lontana da casa
il seno avrà bisogno di momenti di drenaggio...
prenditi il tempo necessario per conoscere le tue esigenze...

Non tutti i seni sono uguali ma sicuramente tanto "riposo"
e accumulo di latte nel seno puo' portare disagi.

IN PIÙ IL TUO LATTE SERVIRÀ A CASA!!!

STRATEGIE:

- Può essere utile fare una poppata sostanziosa con il tuo bambino prima di andare a lavorare per drenare il più possibile il seno
- Trovare un posto tranquillo nel luogo di lavoro e possibilmente comodo per spremerti il latte
- Avere accesso a un frigorifero per conservare il latte o procurarti una borsa termica con ghiaccioloni o ancora avere la possibilità che qualcuno lo venga a prendere e lo porti a casa.
- Se sei vicino a casa puoi pensare di tornare a casa per un poppata a farti portare il bambino
- Prima della seduta di spremitura del seno prendersi un momento per massaggiarlo così da attivarlo meglio e rendere il drenaggio più efficace

SPREMITURA MANUALE



SPREMITURA TIRALATTE



Una poppata al rallentatore



1
Per iniziare metti ti comoda!



2
La lingua e il labbro inferiore entrano per primi in contatto col seno nel punto più lontano possibile alla base del capezzolo



3
Quando apre la bocca, attaccalo al seno!



4
Mentre poppi, vedrai il mento fare su e giù e lo sentirai deglutire; non deve fare male!

- Lavare gli oggetti coi quali il latte entra in contatto con acqua calda e sapone, sciacquare molto bene e lasciar asciugare.
- Lavarsi le mani prima di tirarsi il latte o di manipolarlo.
- Riscaldare il latte a bagnomaria (non utilizzare fonti di calore diretto o microonde).
- Il latte tirato in momenti diversi nell'arco delle 24 ore può essere mescolato, dopo averlo preventivamente raffreddato in frigo.
- Se il latte è stato tolto dal congelatore e conservato a temperatura ambiente per un tempo massimo di 8 ore o conservato nel frigorifero fino a 24 ore, va usato o gettato.

Ricordati che hai diritto
alle ore allattamento per potere
attaccare direttamente
il tuo bambino

**Metodi di estrazione del latte*



A.
Porre indice e pollice
ai lati dell'areola
e premere verso la
parete toracica



B.
Premere da dietro
il capezzolo e
l'areola tra indice
e pollice



C.
Premere dai lati
per svuotare
tutti i segmenti

- Per i dipendenti pubblici 30 giorni di permesso fino al compimento del terzo anno del bambino (l'anno va inteso come quello del bambino, non quello solare)
- Maturata l'indennità di servizio non si maturano ferie e se hai la copertura totale della retribuzione non viene mandata a casa nessuna visita fiscale.
- All'ufficio risorse umane o all'amministrazione competente occorre presentare: il certificato medico con l'indicazione della durata della malattia del bambino o una dichiarazione sostitutiva.

NUMERI UTILI

Consutorio Familiare di Vignola - Tel. 059 777883

Consutorio Familiare di Modena
Viale D.G. Mirzoni 121 (MO) - Tel. 059 5137109

Consutorio Familiare di Modena
Via Rita Levi Montalcini, 200 (MO) - Tel. 059 5137109

Consutorio Sassuolo
Via F.lli Cairoli, 19 Sassuolo (MO) - Tel. 0536 863788

Consutorio Familiare Spazio Giovani e Giovani Adulti
Via Lino Smerieri, 3 Mirandola (MO) - Tel. 0535 602815

Consutorio Familiare Spazio Giovani e Giovani Adulti
Viale dei Martiri 63 Pavullo (MO) - Tel. 0536 293 69

Consutorio Familiare Castelfranco Emilia
Via Corso Martiri, 368 - Tel. 059 5137202

Consutorio Familiare Spazio Giovani e Giovani Adulti
Via Don Luigi Sturzo, 21 Carpi (MO) - Tel. 059 5137114

LA VIA LATTEA ODV - Tel. 338 7826009

Consigliera di parità della provincia di modena
email: consigliereparita@provincia.modena.it

ENTI NAZIONALI

TAS - Tavolo tecnico operativo interdisciplinare
sull' Allattamento al Seno - www.salute.gov.it

La Leche League - www.lllitalia.org

UNICEF Italia - www.unicef.it

Movimento Allattamento Materno Italiano - www.mami.org

Ibfan Italia - www.ibfan.org

Associazione Consulenti Professionali - www.aicpam.org

La Gazzetta della Prolattina - www.lagazzettadellaprolattina.it

Epicentro
www.epicentro.iss.it/argomenti/allattamento/allattamento.asp

Genitori Più - www.genitoripiù.it

Associazione Italiana Banche del Latte Umano Donato
www.aiblud.com

Centro Tossicologico dell'Ospedale Papa Giovanni XXIII Bergamo
(informazioni sui farmaci in gravidanza e allattamento);

Federazione Nazionale Ordini della Professione Ostetrica
www.fnopo.it

Consiglio direttivo: OPO (Modena)

Dottorressa Ostetrica
Plizza Silvia

Dottorressa Ostetrica
Vaccari Silvia

Dottorressa Ostetrica
Finelli Eugenia

Dottorressa Ostetrica
Guerra Silvia

Dottorressa Ostetrica
Rimondi Nadia

Dottorressa Ostetrica
Urso Valentina

Redazione brochure

Dottorressa Ostetrica
Guerra Silvia

Dottorressa Ostetrica
Urso Valentina

Dottorressa Ostetrica
Finelli Eugenia

Dottorressa Ostetrica
Veronica Consiglio

Sede Legale:

OPO Modena

Via Levante, 65 - Modena