

## #Giùlatesta

La nascita si avvicina....  
è ora per il suo bambino/a  
di mettere la testa a posto



I bambini sono in presentazione podalica a termine di gravidanza in circa 5% dei casi. Cara mamma, solo nel 10% dei casi il suo bambino metterà giù la testa da solo, per questo può favorirne la versione seguendo le indicazioni presenti in questo opuscolo.



Se ha deciso di far mettere "GIU' LA TESTA" al suo bambino/a oppure ha bisogno di informazioni può contattarci al 0362/383272

*SUGGERIMENTI PER ACCOMPAGNARE*

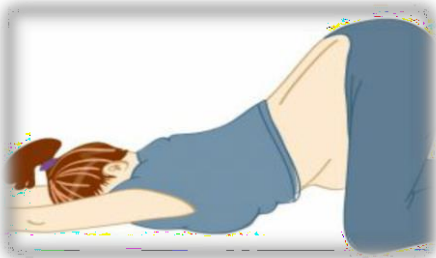
*IL TUO BAMBINO*

*NELLA POSIZIONE PIU' FAVOREVOLE*

*ALLA NASCITA*

## COMINCIANDO DALLE POSIZIONI...

### POSIZIONE CARPONI



### POSIZIONE DEL GATTO IN MOVIMENTO



### POSIZIONE DELLA CANDELA

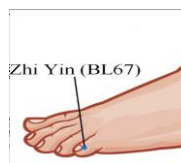


## TRATTAMENTO MOXA (moxibustione)

**QUANDO:** inizio consigliato tra le 32 e le 34 settimane per due/tre settimane

**MATERIALE:** bastoncini di artemisia vulgaris acquistabili in farmacia

Questa tecnica utilizza la stimolazione del punto BL67 (corrispondente al meridiano della vescica nella medicina cinese)



**TECNICA:** scaldare i bastoncini e avvicinarli al mignolo del piede ad intermittenza per 15 minuti per piede per 2 volte al giorno.

**Chiedi informazioni alle ostetriche a riguardo che ti spiegheranno meglio questa tecnica.**

Potrai poi praticare questa tecnica comodamente a casa tua. Dovrai, dopo il primo incontro con l'ostetrica, tornare altre tre volte a cadenza settimanale per ricontrollare in ecografia se il tuo bimbo ha fatto "la capriola".

Potrai sentire lievi contratture all'addome che faranno compiere molti movimenti al tuo bambino, queste gli permetteranno di girarsi.

## RIVOLGIMENTO PER MANOVRE ESTERNE

**QUANDO:** Da 37 settimane

Un medico esperto di questa manovra, sotto guida ecografica, aiuta il tuo bambino a compiere una capriola per posizionarsi a testa in giù.



**MITI da SFATARE:**

Il Rivolgimento non provoca:

Distacco di placenta

Nodi o attorcigliamento del cordone ombelicale