

Guía a la maternidad libre y responsable

*Escrita en conformidad con las líneas maestras de la Organización Mundial de la Sanidad y de
Planned Parenthood*

a cura di Federica Gaida

Tengo el derecho de elegir.
Tengo el derecho de ser feliz

Cada mujer tiene el derecho de tener de una vida sexual segura y satisfactoria y el derecho de tener hijos, además de la libertad de elegir cuando y cuantos tener.

La libertad de decidir tener hijos y cuando, cuenta con la tutela por el Estado.
Eres tu quien puede elegir con absoluta libertad y de manera responsable el número de hijos que quieras tener y en el caso de tener un compañero, de consultar con él la decisión.

La planificación familiar

Para planificar en manera libre y responsable la maternidad, es posible hacer uso de una basta variedad de métodos anticonceptivos, entre los que se puede elegir según las exigencias y necesidad.

Anticonceptivos: ¿porqué debería usarlos?

Los beneficios de los métodos anticonceptivos son varios y permiten:

- 1) Vivir plenamente la sexualidad, sin el temor de un posible embarazo no deseado o un embarazo que podría poner en peligro la salud.
- 2) De protegerse con el uso del preservativo no solo de los embarazos no deseados, sino también prevenir el contagio de enfermedades graves, tales como la hepatitis viral y el SIDA o AIDS, y al mismo tiempo permite combatir otras enfermedades que afligen sobretodo a las mujeres.
- 3) De elegir con tiempo el nacimiento del primer hijo y de aquellos sucesivos
 - Planificar la vida y la de tu familia mejorando la calidad y reduciendo los problemas económicos.
 - Tener el tiempo necesario para su instrucción y formación profesional
 - Dedicar el tiempo y las mejores energías a los hijos que uno ha decidido tener.

¿Qué anticonceptivos podrían ser usados?

Cada método posee buenas características, pero nunca todas. El anticonceptivo ideal sería un método que sea a su vez eficaz, seguro, cómodo, sin efectos colaterales y simples para su uso, aún no existe.

Para elegir un método, hay que decidir entre los enumerados a continuación cuales puntos consideras más importantes:

- 1) **Eficaz.** ¿En que medida me protege contra el riesgo de un embarazo no deseado? ¿Qué importancia tiene el uso correcto y constante del método? ¿Me protege de las enfermedades infecciosas transmitidas sexualmente?
- 2) **Duración:** ¿El método es de breve o largo período? ¿Es permanente o irreversible? Al abandonarlo, ¿permite tener hijos rápidamente? ¿Es fácil iniciar o dejarlo?
- 3) **Contraindicaciones y efectos colaterales:** ¿existen problemas o enfermedades que podrían impedirme de usarlo? ¿Puedo usarlo mismo si doy de lactar? ¿Causa enfermedades o “disturbios psicossomáticos o psicológicos”? Si es así, dura durante los primeros meses o por todo el período de uso?
- 4) **Simple y Cómodo.** ¿Es complicado su uso? ¿Hay que usarlo cada vez que se tiene una relación o tiene un efecto continuo? ¿Hay que hacer algo antes de tener una relación sexual? ¿Puede ser usado sin que lo sepa su pareja? ¿Es necesaria una receta o la intervención del médico? ¿Se adapta a mi estilo de vida? ¿Cuánto cuesta?

¡IMPORTANTE!

Solamente el condón protege sea de embarazos indeseados, sea de enfermedades de transmisión sexual SIDA (HIV/AIDS)

Las Enfermedades de transmisión sexual (MTS), o enfermedades venereas, son enfermedades infecciosas que se transmiten de persona a persona por contacto sexual a causa

de la presencia de gérmenes infectados en las secreciones genitales o en la sangre. Las MTS más graves se pueden transmitir con cualquier actividad sexual que comporte contacto entre pene, vagina, ano o boca. Para protegerse se usa el condón o profiláctico (preservativo) o se evita cualquier contacto con la zona genital (incluidas relaciones orales o anales).

A continuación figura un elenco de métodos anticonceptivos más comunes en Italia.

El grado de eficiencia indicado junto al nombre, distingue entre la eficiencia teórica de un método, que presume que la persona lo use en manera correcta y escrupulosa, y la eficiencia real, que es la más baja, dado que hay que tomar en cuenta también de factores humanos que pueden conducir a un uso incorrecto del método.

Lista de los principales métodos anticonceptivos

PÍLDORA

(eficiencia real 92% eficiencia teórica 99,7%)

Es un medicamento, compuesto por dos sustancias similares a las hormonas producidas normalmente por la mujer (estrógeno y progesterona). Crea una situación similar a la del embarazo poniendo en reposo los ovarios y deteniendo la ovulación.

La píldora se asume por vía oral **cada día**, con una pausa de cada tres semanas, durante la cual queda intacta la eficiencia anticonceptiva.

La píldora es un método muy eficaz, a condición de que sea usado escrupulosamente, es decir, con mucho cuidado. Las nuevas versiones contienen una dosis siempre bajas de estrógenos, reduciendo así los efectos colaterales (aumento de peso y molestias gástricas). La receta médica es obligatoria (la receta está sujeta a vencimiento). No puede ser asumida durante el período de lactancia.

ANILLO VAGINAL (NUVARING)

(eficiencia real 92% eficiencia teórica 99,7%)

NuvaRing es un nuevo método anticonceptivo. Se trata de un anillo que se pone en la vagina, flexible, transparente, de material antialérgico, antitóxico, biocompatible. Tiene una medida de 5 cm, aproximadamente y un espesor de 4mm. Tiene el mismo mecanismo de eficacia de la píldora; una dosis baja de estrógeno y progesterona viene emitida por el anillo de manera continua y constante, bloqueando la ovulación. El anillo es elástico, flexible y cómodo, fácil de poner y remover. Para que funcione, no tiene necesidad de ser colocado en una posición precisa.

El grado de protección es igual al de la píldora, pero se usa **una vez al mes**. Porque las hormonas son absorbidas directamente en el círculo sanguíneo, los efectos colaterales son menores. No da fastidio durante la relación sexual y no tiene el riesgo que se pierda durante alguna actividad física (deporte).

VENDA ANTICONCEPTIVA (EVRA) (CEROTTO ANTICONCEPTIVO)

(eficiencia real 92% eficiencia teórica 99,7%)

Ha sido introducida recientemente en Italia, se trata de un sistema anticonceptivo hormonal que comporta la asunción de hormonas estrógenas y progesteronas mediante una venda.

Es aplicado sobre la piel, estas hormonas son absorbidas a través de la piel y por lo tanto entran directamente en la circulación sanguínea. El “cerotto” puede ser aplicado sobre el abdomen, las nalgas, en la parte superior del brazo, sobre la pierna o sobre el tronco.

El “cerotto” se adhiere bien a la piel, permitiendo de ducharse, nadar, y hacer gimnasia sin problemas. Si moja la parte adhesiva, hay que tirar a la basura el “cerotto” y aplicar uno nuevo, sin problemas por lo que se refiere al efecto anticonceptivo.

Cada “cerotto” se sustituye **cada 7 días**, con una pausa cada tres semanas, durante la cual la

eficiencia anticonceptiva queda intacta.

A diferencia de la píldora y del anillo vaginal, puesto que es un medicamento que no es absorbido por vía oral o digestiva, los efectos colaterales son reducidos, y el grado de protección es el mismo.

“DISPOSITIVO INTRAUTERINO (o IUD)

(eficiencia real 99,2% eficiencia teórica 99,4%)

El IUD, también llamado espiral, es un dispositivo de plástica y cobre, que impide el proceso de fecundación y porque impide que se anide el óvulo ya fecundado. Es puesto en el útero de la mujer por un especialista y puede permanecer por largo tiempo (hasta 10 años en el modelo reciente), sin necesidad de particulares períodos controles médicos. Es removido siempre mediante una intervención por parte de un médico.

Pueden ser indicios de complicaciones, y por lo tanto necesario un control médico en caso de:

- Dolor, hemorragias o ardor entre el ciclo menstrual o después del acto sexual
- Intenso dolor de estómago
- Dolor durante el acto sexual
- Descarga insólitas de la vagina
- Falta de un lazo o un lazo más corto o más largo
- Puedes sentir la parte dura del IUD cuando controlas los lazos.

El IUD es uno de los métodos anticonceptivos más eficaces y una vez puesto, no es no hay que preocuparse mas. Los efectos colaterales entre tanto son frecuentes (dolores pélvicos, aumento del flujo menstrual y ocasional pérdidas de sangre), pero tienden a desaparecer 2 o 3 meses después de la inserción.

EL DIAFRAGMA

(eficiencia real 84% eficiencia teórica 99,2%)

El diafragma vaginal es una copa de goma blanda con el borde muy grueso, viene untado de crema o gel espermicida y puesto en la vagina **antes de cada acto sexual**. No tiene que ser retirado antes que hayan transcurrido 6 horas del último acto, acciona como barrera mecánica entre vagina y útero y mantiene el espermicida en contacto directo con el cuello uterino.

Para adoptar el diafragma es necesaria una visita ginecológica, para verificar el tipo y la dimensión del dispositivo, que debe adaptarse perfectamente a las dimensiones de la vagina. Su uso puede ser interrumpido en cualquier momento. Ofrece una alta protección pero tiene que ser usado en cada relación y tiene que estar debidamente puesto.

PRESERVATIVO

(eficiencia real 85% eficiencia teórica 98%)

El preservativo es una protección de goma fina para el hombre que es puesta en el pene erecto, **antes de cada acto sexual**, de modo que impida que el líquido seminal penetre en la vagina.

El condón es el único método anticonceptivo eficaz contra el riesgo de contagio de HIV/AIDS.

Protege al hombre del contagio impidiendo el contacto directo entre pene y secreción o lesiones cervicales, vaginal o rectal. Protege a la mujer impidiendo el contacto con seme infecto, pérdidas uretrales o lesiones del pene.

Para que sea eficaz, ya sea para no quedarse embarazada, y para evitar contraer el contagio de HIV/AIDS, los preservativos tienen que ser bien conservados y usados correctamente en cada acto sexual (oral, vaginal o anal).

El uso incorrecto, defectos de fabricación o una conservación no óptima puede conducir al preservativo a ser defectuoso, a tener pérdidas. A

pesar de estos peligros, a parte de la abstinencia que no tiene riesgos, el condón o profiláctico (preservativo) es la mejor protección contra todas las enfermedades venéreas.

MÉTODOS NATURALES

(eficiencia real 75 % eficiencia teórica 91-99%)

Son definidos anticonceptivos naturales aquellos métodos (temperatura basal, Ogino- Knaus, Billings) que se basan en la abstinencia del acto sexual durante el período fértil, calculado en manera distinta según el método. (En el periodo fértil existe el uso de los otros métodos anticonceptivos)

La eficiencia de éste método encuentra dificultad para reconocer los signos de la ovulación y por la posible variabilidad del ciclo. Es necesaria la cooperación del partner.

COITO INTERRUPTIDO

(eficiencia real 73% eficiencia teórica 96 %)

Método que consiste en el extraer el pene de la vagina antes de la eyaculación. Es el método más difuso, pero su eficacia depende mucho de realizarlo correctamente, si bien el mayor número de los embarazos no deseados que se verifican es utilizando sistema del coito interrumpido.

No es tanto porque el hombre no logre controlar el momento de la eyaculación, sino del hecho que alguna gota de líquido que contiene espermatozoide sale fuera del pene antes de la eyaculación verdadera y propia. Esto puede suceder en cualquier momento del acto sexual.

ESTERILIZACIÓN

(eficacia femenina del 99,5% eficacia en el hombre, 99.9%)

La esterilización es una operación quirúrgica que determina una **permanente** incapacidad de procreación.

La esterilización femenina se realiza bloqueando las tubas de la mujer, en donde el esper-

matozoide se une al óvulo. Aquella varonil, o vasectomía, prevé el cierre de las tubas masculinas, o diferentes, que son las responsables de la transmisión del espermatozoide en el líquido seminal (eyaculación).

La esterilización se efectúan en clínicas u hospitales, donde se utilizan técnicas poco traumáticas, con anestesia local, estando internado un día.

Generalmente es elegida por las personas que consideran haber alcanzado una medida ideal de familia o por quienes no quieren tener hijos. Con una sola operación se obtiene una protección elevada contra la gestación en el resto de los años de fertilidad, sin efectos colaterales y sin tener que usar métodos que pueden resultar ser poco prácticos para su estilo de vida.

La esterilización no tiene ninguna repercusión en las funciones sexuales (erección, eyaculación) tampoco sobre el placer sexual, pero no es eficaz contra la transmisión de enfermedades infecciosas como el SIDA.

Recuerde que la esterilización es un método anticonceptivo **permanente**, por lo tanto su elección tiene que ser meditada atentamente.

Se aconseja considerar todas las otras opciones antes de proceder a la esterilización. Los distintos métodos anticonceptivos reversibles garantizan una protección superior al 97% (píldoras, espirales) y la mayor parte de las mujeres hacen uso con bajo riesgo de complicaciones o efectos colaterales.

Otros métodos tienen también poco riesgo y ningún efecto colateral (preservativo, diafragma, abstinencia periódica)

Tu decisión de no tener hijos en el futuro tiene que ser definitiva. Hay que estar absolutamente decidida a no cambiar nunca de idea y de no arrepentirse en un futuro por la elección hecha-

independientemente de como cambie su vida. Discuta con su compañero, piense bien y a lo que significará la elección para él y para vuestra relación.

“CONTRACEPCIÓN” DE EMERGENCIA

La “píldora del día siguiente ” no es un método anticonceptivo y es usada solamente en casos de emergencia. Se trata, de píldoras de “estro progestínico” de elevada dosis y tiene que ser

usada excepcionalmente después de una relación no protegida. Las pastillas van tomadas preferiblemente **dentro de las 48 horas, máximo 72 horas**, de la relación a riesgo. Si es usada correctamente, se reconoce actualmente una eficacia del 75 %.

Una alternativa válida es la inserción de un espiral **dentro de 5 días** de la relación en riesgo. En este caso la eficacia es cerca del 99%.

Y si estoy embarazada?

“Y si estoy embarazada? Es una de las preguntas que las mujeres se ponen varias veces en la vida – sobretodo cuando tienen el período menstrual atrasado.

Las sospechas de un posible embarazo consiste inicialmente por un atraso de la menstruación, seno con dolor, náuseas, vómitos, alteraciones en el peso, cambio de humor, cansancio continuo, continuos deseos de orinar, alteración en el gusto. En un segundo momento: seno muy grande, tetillas más oscuras, fuertes pérdidas vaginales, abdomen más grande, movimientos en le abdomen.

Si se teme de estar embarazada, existen distintas preguntas, muy concretas, a la cuales habrá que responder en manera libre y responsable.

- ¿Estoy preparada para tener un niño en este momento?
- ¿Es posible criarlo junto a su padre? ¿Es la mejor elección para mí?
- ¿Es justo criarlo sola? ¿Sería capaz de hacerlo?
- ¿Sería mejor darlo en adopción?
- ¿El aborto es una opción que quiero considerar?

Tiene que hacer una elección que sea mejor para Ud. Pero primeramente hay que confirmar que una esté verdaderamente encinta.

¿Cómo puede estar segura de que está embarazada?

¿No llega la menstruación? Si se tienen relaciones sin usar ningún tipo o método anticonceptivo, o se usa el coito interrumpido o la ‘cuenta de los días’ es posible que una esté en cinta.

Desde que comienza el atraso de la menstruación se puede saber si una está en cinta realizando un test de la orina.

El test se puede hacer en la casa, comprando

un kit en la farmacia (su costo no es superior a 15 euros), en un laboratorio de análisis público (bajo receta del médico de familia) o uno privado

El test del embarazo que se venden en las farmacias, es urinario, estos evidencian la presencia de hormonas en la orina hCG (que no existe en una mujer que no esta embarazada).

La mayor parte de los test tienen la misma función. Es solo necesario poner la probeta de la orina (recién hecha) o bajo el chorro de la orina y leer la respuesta después de tres minutos. Para comprobar que se está embarazada, aparece una línea azul o una cruz (los marcas pueden ser distintas según de las marcas). Una ventanilla permite verificar que el test ha sido utilizado correctamente. En caso de equivocación al utilizarlo la casilla se queda vacía.

En pocos minutos es posible obtener un resultado seguro al 99%, pero se tiene que seguir las instrucciones indicadas en el kit con mucha precisión, de esta manera se podrá obtener los resultados precisos.

Un test no deja margen de error si es positivo. En cambio puede resultar negativo, si se realizó demasiado rápido o si se ha vencido (aunque en caso de embarazo).

En su mayor parte los test son confiables desde el primer día de atraso del período menstrual. Si se tienen las dudas, se puede rehacer el test después de tres días en el caso de un resultado negativo.

A menudo ocurre que las mujeres que hacen uso de los test en casa repiten el test en el

laboratorio, esto para recibir una confirmación ulterior a la que ya tienen.

Si el test que una realiza es positivo, habrá que hacer un examen pélvico. El médico la visitará y examinará para saber el tiempo del embarazo. A partir de ese momento habrá que decidir que cosa hacer.

¿Estoy embarazada: que tengo que hacer?

Saber que estás embarazada puede llenarte de gloria y emoción, pero en otras ocasiones descubrir de estar embarazada, podría llevar a un estado de desesperación.

Si estás embarazada, tienes tres opciones:

- Decidir de tener tu hijo y de criarlo tú.
- Elegir de tener tu hijo y de darlo en adopción.
- Interrumpir el embarazo.

No existe una opción válida para todos. Tienes que evaluar la decisión que es más justa para tí. Decidir no es fácil. Tienes que tomar en consideración muchos factores.

Preguntarse:

- Con qué decisión podré convivir?
- Qué elección me sería imposible tomar?
- De que manera pesarán en mi vida cotidiana las decisiones que decida tomar?
- Qué podrían significar éstas decisiones para las personas que están cerca de mí?
- Cuáles son mis planes para el futuro?
- Cuáles son mis valores morales y espirituales?

Habla de tus sentimientos con tu pareja, un familiar o un amigo de confianza – alguien que te

pueda confortar. O discute de la posibilidades en alternativa con un consejero de tu consultorio familiar, que podrá ayudarte a liberarte de las presiones que te empujan a tomar una decisión en contra de tu voluntad.

Cuánto tiempo hay para decidir?

Si decidiste ser madre y por lo tanto quieres continuar con tu embarazo, tendrás que ir a un consultorio lo antes posible (en esta guía te ofrecemos una lista) o de lo contrario puedes acercarte al consultorio de tu ginecólogo de confianza que te recetará los análisis que necesitas para controlarte y que tu embarazo pueda ir de maravillas.

Si se ha tomado la decisión de interrumpir el embarazo, hay que decidirlo lo antes posible. Hoy en día los abortos son seguros, pero los riesgos aumentan con el pasar del tiempo. De otro lado, el Estado italiano garantiza el derecho del aborto solo dentro de los primeros 90 días de la concepción.

Mientras uno se encuentre aún en la indecisión hay que cuidarse igualmente.

Si has decidido a tener a tu hijo, es importante conducir una vida sana. Comer en modo sano y natural – a base de tanta fruta y verdura fresca; pan, arroz, fideos, cereales; evitando las comidas con frituras y dulces; no hay que alimentarse con pescado crudo o carne cruda. Mantenerse en forma. Conducir una vida activa y practicar una buena gimnasia. Intentar reposar durante el día y dormir bien por las noches. No tomar bebidas alcohólicas y no fumar . No tomar medicinas - mismo una simple aspirina – sin antes consultar con el médico.

Quiero hacer nacer a mi hijo

Quando se ha decidido ser madre, que ayuda puede recibir del Estado italiano?

Si ha decidido ser madre, el Estado italiano te ayudará a concluir el embarazo garantizando el trabajo, dando asistencia médica, financiera y logística, y para terminar, si no tiene el 'permesso di soggiorno', evita que pueda ser expulsada.

Cual es la asistencia médica a la cual tiene derecho?

En Italia cada mujer, sea italiana o extranjera, tiene derecho al control sanitario, que por ley, son totalmente gratuitos en correspondencia de determinados períodos del embarazo.

Los nueve meses del embarazo son divididos en semanas, cada una de las cuales necesita un control específico, con el fin de controlar el estado de salud de la madre y la del bebé.

Los controles de base son gratuitos (su médico de familia dispone de un elenco de referencia). Muchos de los análisis de especialidad no son gratuitos y estos son pagados a cargo de las propias futuras mamás. Excepto los de análisis de especialidades que es necesario hacer si el médico teme por algunas malformaciones que podría manifestarse en el feto.

Si tiene más de 35 años, si ya ha tenido un hijo el cual ha contraído enfermedades cromosómicas, o si han sido detectado malformaciones en la ecografía, el médico generalmente prescribe la **amniocentesis o la violocentesis**, exámenes que diagnostican la presencia de enfermedades cromosómicas y en particular el síndrome de Down. Una vez que ha nacido su hijo, tiene el derecho a las visitas especialísticas, análisis de laboratorio y otras pruebas gratuitas hasta la edad de seis años.

Todos los exámenes por lo tanto tienen que ser prescritos por el médico de base y vienen

efectuadas en los servicios públicos (hospitales consultorios) o también son efectuadas en los servicios privados, en los que no se paga si son 'convencionados' con el Servicio Sanitario Nacional.

Cuales son las garantías a nivel laboral

Si tienes un contrato de trabajo de empleado y estas embarazada, no puedes ser licenciada hasta cuando tu bebé cumpla un año, a menos que la hacienda no entre en bancarrota, que tu no hayas tenido ninguna culpa por la cual tu tengas que ser licenciada, o tu contrato de trabajo se haya ya vencido.

Si estás embarazada, tienes el derecho de obtener permisos para faltar al trabajo que son pagados, de este modo se puede efectuar visitas médicas o exámenes especiales. Para obtenerlos tendrás que presentar los certificados que certifiquen la fecha y la hora de las visitas.

En los últimos dos meses de embarazo y hasta los tres meses después del parto, la ley da el derecho y la obligación de abstenerse en el trabajo. Pero existe la posibilidad de trabajar hasta un mes antes del parto, con la condición que un certificado médico certifique que el embarazo es regular y que las condiciones de trabajo no ponen en riesgo. Los períodos dados en reposo son considerados como actividad de trabajo a todos los efectos también en el escalafón de ancianidad.

Durante el reposo de embarazo se recibe por ley el 80% del sueldo, así una sea una empleada, o una trabajadora autónoma (artesana o comerciante, cultivadora directa, empresaria agrícola). Si eres una empleada es muy probable que el contrato colectivo para tu categoría prevea que tu sueldo sea pagado entero.

Más allá de la obligación de estar en casa los primeros tres meses después del parto, tienes la facultad de abstenerte del trabajo por un período máximo de otros seis meses, diez si eres soltera, durante el cual tienes derecho a una retribución igual al 30% del sueldo.

Una vez que has dado a luz, como trabajadora empleada tienes derecho al reposo diario que te consentirá de amamantar a tu hijo y simplemente también de estar con él: dos horas al día por un horario de trabajo par o superior a 6 horas, un hora al día por un horario de trabajo inferior a seis horas.

Si has concebido gemelos, las horas de reposo diario son duplicadas y pueden ser utilizados también contemporáneamente por los dos padres.

Para terminar, sea la madre que el padre, alternativamente, también utilizados todos los reposos, pueden ausentarse del trabajo en caso de enfermedades del hijo y ser por lo tanto retribuidos. Para los primeros 3 años de vida del niño son concedidos 30 días al año, que son fraccionados, mientras que los de 3 a 8 años del niño son concedidos 5 días al año para cada padre.

Muchas veces en los contratos colectivos está previsto que las ausencias sean retribuidas únicamente los tres primeros años del niño.

Si no tengo un trabajo, qué asistencia puedo recibir?

La ley italiana prevé, que a fin de tutelar la maternidad, la erogación de cheques de parte del Inps o de algún otro ente providencial a la mujer trabajadora en estado de embarazo.

Si eres desocupada o una ama de casa – italiana o extranjera, con ‘carta di soggiorno’ puedes pedir una ayuda (indennità) de maternidad de 258 euros al mes después del nacimiento de tu bebé, por 5 meses y dentro los seis meses de vida del niño. Las oficinas URP de las “circoscrizioni” o de los “CAF” (centro de asistencia fiscal) de tu zona, dan la información acerca de las modalidades de solicitud y cobro de la ‘indennità’.

Si no tienes una familia y te encuentras en graves condiciones económicas, ya seas de nacionalidad italiana o de nacionalidad extranjera con ‘permesso di soggiorno’ - puedes acudir a los Servicios Sociales del Comune para pedir ayuda para que te ubiquen en una casa de familia por el período de embarazo y la fase sucesiva al nacimiento de tu hijo y a su vez para un subsidio económico para el período sucesivo al nacimiento de tu hijo.

¿Qué pasa si no tienes un ‘permesso di soggiorno’?

Si eres extranjera en estado de embarazo y no posees el permiso de estadia, no puedes ser expulsada hasta cuando tu hijo no cumple los seis meses de edad. Tampoco tu marido podrá ser expulsado por el mismo período, entrado en Italia clandestinamente, en el caso que conviva contigo.

De otro lado tienes derecho a pedir a la central de policía (Questura centrale) el permiso de estadia por motivos de embarazo. Indicando las generalidades, el lugar de residencia presentar 6 fotos, de tamaño carnet, un timbre fiscal “marca da bollo” de 14,62 euros y un certificado que indique el estado de embarazo y la fecha eventual del parto, hecho por el médico de la ASL o por un consultorio.

Una vez que has obtenido el ‘permesso di soggiorno’, podrás pedir la inscripción al **Servicio sanitario nacional** que consentirá de obtener la exoneración del pago del ticket para todos las pruebas de la diagnosis instrumental y de laboratorio y para todos los servicios de especialidades destinados a tutelar la maternidad.

Recuerda que, el ‘permesso di soggiorno’, por motivos de embarazo no te permite salir fuera del territorio italiano, de trabajar y sobretodo no puede ser transformado en otro “permesso di soggiorno”, salvo casos excepcionales.

¿Que posibilidades tengo que hacer para criar a mi hijo?

Existen dos modos para sacar adelante un hijo: con tu compañero o sola.

CREAR UNA FAMILIA

La mayor parte de nosotros quisiera encontrar una pareja un compañero de vida con quien crear una familia, para compartir placeres, responsabilidades y dificultades.

Para la ley italiana, la familia verdadera y propia, también dicha legítima es aquella fundada sobre el matrimonio, en el cual marido y esposa asumen los mismos derechos y deberes, en relación al cónyuge y hacia los hijos.

Ultimamente la justicia italiana está dando relieve, mismo jurídico, a la unión estable, fundada en el afecto recíproco y mantenida por la convivencia entre dos personas que no son casadas. Es el caso de la llamada familia de hecho o convivencia 'more uxorio'.

En cuanto a los derechos de los hijos y a su tutela por parte de la ley, no existe diferencias entre hijos nacidos de parejas casadas o aquellos nacidos de parejas convivientes.

Con o sin el matrimonio, una relación de pareja puede tener suceso si juntos se empeñan en la relación o si juntos entienden que es lo que cada uno se espera que resulte de aquella relación.

Recuerda que si un niño puede llevar gloria y muchas satisfacciones, puede también poner bajo presión la mejor de las reacciones. Si el empeño vuestro no es sólido, la relación de pareja puede fallar.

Si escoges de criar a tu hijo con tu pareja, y quieres tomar en consideración la hipótesis de casarte o de convivir con él.

Analízate:

- Si tus padres o sus padres los pone bajo presión para que se casen.
- Si están emotivamente y financieramente listos para formar una familia.
- Si saben que cosa esperarse uno del otro
- Si el matrimonio los hace sentir menos cul-

pables en mérito al sexo

- Si él es consciente de tener que compartir la responsabilidad para el cuidado de los hijos y de la casa.
- Si estás preparada para realizarte como madre soltera si las cosas entre ustedes no funcionarían.

Reflexiona acerca de las respuestas que das y discute con tu pareja, un familiar, un amigo o un consejero familiar.

CRIAR UN HIJO ESTANDO SOLA

El reto de sacar adelante un hijo, sola puede ser excitante y puede dar muchas satisfacciones, pero representa de todas formas una gran responsabilidad.

Sería más fácil afrontarlo si encuentras y utilizas toda la ayuda posible. Has saber a parientes y amigos que confías con su ayuda y sostén antes de decidir de convertirte en una madre soltera.

Mismo con la ayuda de la familia y de los amigos, criar a un hijo sola no es fácil. Las necesidades de tu hijo varían en continuación, así como tu capacidad de satisfacerlas.

Tu hijo tendrá necesidad de tu cariño y afecto y de tu dedicación todo el día, todos los días. Podrás gozar de un placer inmenso por el hecho de ayudar a tu hijo a volverse un adulto feliz, independiente y responsable. Pero necesita de tu empeño en esta tarea que tiene que ser constante y continua y tu libertad será limitada dada sus exigencias.

Criar un hijo es también algo costoso en el aspecto económico. Mantenerte tú y tu hijo será un gran reto, mismo si tienes un trabajo o la asistencia

Por otro lado, criar a un hijo sola, quiere decir no tener que aceptar compromisos eligiendo una pareja equivocada. Esto significa que puedes criar a tu hijo como quisieras – con tus valores, tus principios, tu fe, respetando siempre sus inclinaciones.

¿Y si no quisiera o no pudiera criar a mi hijo?

Una vez que has dado a luz a tu hijo, tienes el derecho de elegir, dentro de diez días desde el nacimiento de tu hijo, si lo reconoces o no, o si te asumirás la responsabilidad de criarlo o ponerlo en manos de las instituciones italianas, para que luego sea adoptado por una familia.

Adopción

Si has elegido dar a luz a tu hijo, pero no quieres criarlo o porque las dificultades para hacerlo son insostenibles, tienes el derecho de no reconocer al niño y darlo en adopción en absoluta reserva, a una familia que lo acogerá como si fuera de ellos.

Es una decisión difícil, pero muchas mujeres que dan a su propio hijo en adopción son felices de saber que su hijo será amado y que vivirá en un ambiente familiar armonioso.

El no reconocer al niño que acabas de dar a luz no significa cometer un delito. La ley intenta transformar esta decisión tuya lo más fácil posible. Solamente basta indicarle a los médicos, antes del parto que no tienes intenciones de reconocer al recién nacido. No serás denunciada ante ninguna autoridad y el certificado de asistencia al parto no señalará ninguna información de tu persona, de esta manera se ignorará la identificación tuya como madre del recién nacido.

El personal hospitalario y los asistentes sociales tienen la obligación de mantener la máxima reserva con respecto a la madre, manteniendo el secreto al externo con respecto a todo lo que a ella se refiere.

Y si también el padre quisiera reconocer a su hijo, en ningún caso su decisión servirá para

identificarte.

Por lo tanto, si decidiste dar a tu hijo en adopción, el parto se desarrollará en absoluta reserva: nadie podrá saber que has dado a luz o que eres la madre del niño.

No te verás en condiciones de dar a luz sola y sin ninguna asistencia médica, tampoco tendrás que avergonzarte o esconderte, o peor aún abandonar a la criatura por las calles.

Si después del parto, te encuentras llenas de dudas o no sabes aún que decidir, tienes todo el derecho de reflexionar para hacer con serenidad y autonomía la elección acerca del reconocimiento.

El hospital te asignará un asistente social que te acudirá y te informará sobre la ayuda de la cual tu puedes contar, ya sea en el caso que tu reconozcas al niño o ya sea en el caso que tu decidas no reconocerlo.

Si dentro de los 10 días del nacimiento no lo has reconocido, el recién nacido será señalado por el hospital al Tribunal de menores, recibirá un nombre por el 'Anagrafe del Comune' en donde ha nacido y recibirá la ciudadanía italiana.

En la brevedad posible, alrededor de diez días, el recién nacido será dado en adopción a una familia adoptiva que lo cuidará y le dará el status de hijo legítimo.

'Affidamento Familiare'

Si estás atravesando por un momento de dificultad (enfermedad, cárcel, económica, educativa, etc.) y al momento no estás en grado de acudir a tu hijo, tienes como alternativa a la adopción darlo a un tutor temporal a una familia que se encuentre en grado de asegurarle el manteni-

miento, la educación, la instrucción y las relaciones afectivas de la cual tiene necesidad.

El 'affidamento' puede ser 'diurno' o part-time (cuando esta limitado por algunas horas durante el día), o bien podría ser residencial (o sea cuando el menor va a vivir, por un determinado período de tiempo, con la familia a la cual se ha dado el padrinazgo, mismo que se mantengan las relaciones y los encuentros con la propia familia natural).

El 'affidamento' puede ser hecho a parientes o a terceros (por terceros se entiende familias que no tienen ningún grado de parentela con los menores dados en padrinazgo). Los servicios

sociales locales individualarán entre las familias adecuadas aquellas mejores para las exigencias de tu niño y la de tu familia.

El tiempo del 'affidamento' es temporal (de pocos meses a 2 o 3 años, con opción a eventuales renovaciones).

Se espera que tu concuerdes con la familia padrina los días y los horarios en el cual harás la visita a tu hijo y tendrás que esforzarte hasta que tus condiciones de dificultad se resuelvan en un tiempo razonable.

Es muy importante recordar que el 'affidamento' es un servicio temporáneo y no una adopción permanente.

No quiero un hijo ¿Qué puedo hacer?

La decisión de tener o no un hijo es libre y personal.

Si por alguna razón no quieres o no puedes concluir con el embarazo, la ley italiana te garantiza tu libertad de elección.

El aborto es legal en Italia desde el 1978. Todas las mujeres extranjeras, aunque aquellas sin “permesso di soggiorno”, pueden disfrutar de las estructuras italianas, sin costo alguno.

Interrupción voluntaria del embarazo

¿QUIÉN DECIDE DE ABORTAR?

La decisión de interrumpir el embarazo representa siempre un momento difícil y dramático en la vida de una mujer y ninguna mujer lo puede afrontar con superficialidad y soltura.

Las razones más comunes que te pueden obligar a abortar son las siguientes:

- No estás lista para ser madre
- No te encuentras en condiciones de criar un hijo
- No quieres ser madre soltera
- No quieres que se enteren que estás embarazada
- No quieres otros hijos
- Tu marido, tu pareja o tus padres quieren que tu abortes
- Tú y el feto tienen problemas de salud
- Eres víctima de una violación o incesto

Si sabes que estás embarazada y por motivos personales decides no continuar con el embarazo, la ley italiana te da la posibilidad de abortar dentro los primeros 90 días de embarazo (que son calculados en base al inicio de la última menstruación).

SI SE DECIDE ABORTAR ¿QUÉ PASOS HAY QUE SEGUIR?

El Estado italiano garantiza el derecho al aborto solo dentro los primeros 90 días de la concepción, por lo tanto si se considera interrumpir el embarazo, hay que decidir lo antes posible. Abortar hoy es seguro, pero los riesgos aumentan con el pasar del tiempo.

Primero, hay que **dirigirse lo antes posible al médico de confianza**: el ginecólogo, el médico de familia o cualquier médico de confianza.

La ley italiana prevee que el médico tiene la obligación a examinar los distintas soluciones antes de llegar a un aborto. Tu médico tiene que informarte acerca de tus derechos si decides continuar con tu embarazo, explicarte las posibilidades de ayuda que puede darte el Estado si decides criarlo o contrariamente, te dirá como proceder a la adopción si quieres concebirlo pero no reconocerlo. A este encuentro puede participar si lo deseas también tu pareja.

En distintos consultorios es usual ofrecer a las madres que se encuentran en dificultad un encuentro con un asistente social o un psicólogo, especialmente si la motivación esta relacionada a motivos económicos, sociales, familiares o de salud. A cuanto dicho se trata siempre de una propuesta y no de una obligación y en cada caso se mantendrá la máxima reserva en cuanto a la identidad de la madre y de la persona que se indique como el padre.

En este momento crítico, un encuentro con un consejero podría ser de gran ayuda, aclarándote las ideas sobre lo que quieres o puedes hacer,

sobretudo si te sientes obligada a renunciar a tu hijo que en realidad deseas.

El consejero examinará junto a ti los motivos que te empujan a querer interrumpir el embarazo, tratará de ayudarte a conocer las causas, poniéndote en grado de reconocer y hacer valer tus derechos de trabajadora y de madre y te ofrecerá todo el apoyo necesario antes y después del parto.

Una charla con el consejero puede ser preciosa en este delicado momento, aclarando mejor las ideas sobre lo que uno quiere o puede hacer, especialmente si uno se siente obligada a renunciar a un hijo al cual quiere.

El consultor examinará contigo los motivos que te empujan a querer a interrumpir el embarazo, buscará de ayudarte a superar las causas, y te pondrá en grado de hacer valer tus derechos de trabajadora y de madre, y te ofrecerá todo el apoyo necesario antes y después del parto.

Al final del encuentro, la ley prevee que el médico te aconseje un **período de reflexión que no sea inferior a 7 días** dándote un certificado de que el debido encuentro ha sido realizado. Dicho período está reservado para permitirte reflexionar ulteriormente acerca de tu decisión, dejando claro que puedes decidir de no querer interrumpir al embarazo en cualquier momento, mismo si te encuentras en la camilla de operaciones. En el caso que el médico detecte condiciones de urgencia, podrá liberarte de la obligación de la reflexión de 7 días dejándote un certificado con la señalación “urgente”.

¿QUÉ DEBO HACER SI SOY MENOR DE EDAD?

Si eres menor y quieres hacer participar a tus padres en la decisión, ellos te deberán acompañar al médico y firmar contigo el certificado.

Si en cambio no puedes o no quieres hablar con tus padres, la mejor cosa es que te acerques al

consultorio más cercano. Allí la asistente social o el psicólogo se pondrá en contacto con el tribunal de menores que nombrará un juez tutelar que firmará en lugar de tus padres, el consentimiento a la operación de aborto.

Recuerda que en todas estos procedimientos nadie está autorizado a contactar tus padres sin que lo sepas: ni el consultorio, ni el juez, ni el hospital donde se realizan abortos.

¿CUÁLES SON LOS LÍMITES DE TIEMPO PARA LA INTERRUPCIÓN DEL EMBARAZO?

Según la ley italiana el aborto es consentido **dentro de los primeros 90 días del embarazo**, (se cuentan desde el primer día de la última menstruación), que corresponde en términos de ecografía a 12 semanas y 6 días.

De todos modos la interrupción voluntaria del embarazo podrá ser practicado mismo **después de los 90 días si el embarazo o el parto comportan un grave peligro para la salud de la mujer**.

La misma posibilidad está prevista en presencia de relevantes anomalías o malformaciones del feto, que determinen un grave peligro para la salud física o psíquica de la mujer.

En los casos de aborto después de los primeros 90 días del embarazo, la interrupción será por un motivo de terapia (aborto terapéutico). La mujer será sometida a todos los exámenes sanitarios y consultas especialistas que pida tu ginecólogo el cual, en este caso se asume la responsabilidad de la intervención.

¿DÓNDE SE TOMA CITA PARA LA OPERACIÓN?

Con el certificado médico podrás fijar la cita para la interrupción de un embarazo en una fecha sucesiva al periodo de reflexión de 7 días, en un hospital público o en una clínica autorizada por la región (esta última posibilidad únicamente existe para las interrupciones que se

realizan dentro de los primeros 90 días).

Si bien es preferible realizar la intervención lo antes posible, siempre más frecuente a causa de los tiempos de espera, y de la injustificada reducción de la actividad en algunos hospitales, la operación se realiza en los últimos días útiles, llegando así después del 80° día.

Recuerda que tu ASL tiene la obligación de asegurarte el derecho a la interrupción de embarazo dentro de los términos previstos por la ley (90 días) o de ponerte en contacto con la estructura sanitaria más cercana en condición de realizarlo.

¿QUÉ HAY QUE ESPERARSE DE LA OPERACIÓN?

En Italia, la interrupción voluntaria del embarazo es practicado con una operación quirúrgica, mismo si la ciencia ha encontrado nuevos métodos, menos traumáticos para la mujer, como el farmacológico que ya está en uso en otros países europeos y se está experimentando en algunas ciudades italianas.

El método más usado es el de la histerosucción, que prevee la aspiración del contenido uterino,

seguida frecuentemente por una cauta limpieza de las paredes del utero.

La operación dura unos 20 minutos. El regreso a casa es entre las 2 y las 8 horas siguientes a la operación o mismo el día después, según el hospital.

Cada hospital tiene un protocolo suyo según la anestesia usada. Algunos realizan la operación con anestesia local, otros en anestesia total.

Normalmente en el aborto quirúrgico se aconseja el uso de la anestesia local, visto que asociada a un menor riesgo de complicaciones, pero la mayor parte de las mujeres sometidas ha lamentado el hecho de asistir a la operación.

Generalmente una visita de control es realizada en las dos semanas siguientes a la operación, que sirve también para ubicar una eventual terapia anticonceptiva.

Con frecuencia el hospital mismo receta a la mujer la píldora anticonceptiva, que se toma la misma tarde de la operación (que es considerado el primer día menstrual)