

Viaggi aerei e gravidanza



I viaggi aerei non presentano particolari rischi per una donna sana in stato di gravidanza e per il suo bambino.

La pressurizzazione della cabina dell'aereo (portata ad un'equivalente pressione atmosferica compresa tra i 1500 e 2400 metri) comporta una riduzione della pressione di ossigeno che non necessita di meccanismi di compenso da parte del feto, ma che può causare un aumento compensatorio della frequenza cardiaca materna e di conseguenza un lieve rialzo pressorio.

La deumidificazione dell'ambiente può provocare difficoltà respiratorie.

Poiché la turbolenza aerea non è prevedibile e i rischi da trauma sono significativi, l'uso costante delle cinture di sicurezza è fortemente raccomandato.

Naturalmente, onde evitare una situazione di emergenza durante il viaggio, il volo non è raccomandato, in qualsiasi momento della gravidanza, a tutte quelle donne che presentano delle patologie, come un'ipertensione, un diabete poco controllato, un significativo rischio di parto prematuro o anomalie di posizione della placenta.

Le condizioni ambientali presenti all'interno di un aereo possono creare situazioni sfavorevoli a quelle donne in gravidanza che soffrono di disturbi anche lievi dell'apparato cardiovascolare.

Il problema della trombosi venosa profonda (TVP)

Rischio generico

Uno dei problemi per tutti i viaggiatori è la possibilità di formazione di TVP soprattutto durante i viaggi che costringono a stare a lungo seduti. Questa posizione facilita una ostruzione meccanica al ritorno del sangue venoso dalle gambe al cuore.

Gli studi scientifici segnalano un rischio raddoppiato o triplicato di TVP in viaggi aerei di durata superiore alle quattro ore.

Rischio in gravidanza

La gravidanza di per sé rappresenta, fin dal primo trimestre, un fattore di rischio per la TVP (1 gravidanza ogni 1000) ed è imputabile a delle modificazioni dei fattori della coagulazione che avvengono fisiologicamente.

E' chiaro quindi che una donna in gravidanza che viaggia in aereo presenta un rischio aggiuntivo per la TVP.

In base alle proprie condizioni di salute e alla durata del volo, le donne in gravidanza, dovrebbero usare alcune semplici precauzioni:

Esercizi di compressione isometrica del polpaccio

Camminare, lungo il corridoio, nei momenti in cui non è richiesto l'uso delle cinture di sicurezza

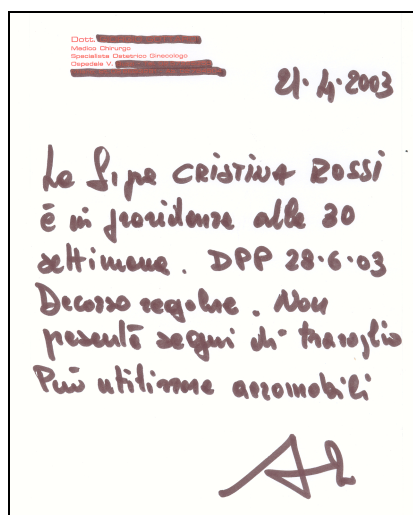
Cercare di bere acqua per evitare la disidratazione

Evitare l'uso di bevande gasate e alcoliche, prima e durante il volo.

Dove sono previste più di quattro ore di volo è utile assumere un'aspirinetta (100 mg al giorno) iniziando tre giorni prima dell'imbarco.

Nei casi più a rischio e per i voli molto lunghi l'uso di calze compressive è molto utile e riduce significativamente la frequenza di TVP.

Il certificato medico per i viaggi in aereo



Ogni compagnia aerea attua delle regole proprie in tema di viaggi aerei e gravidanza.

Queste regole possono mutare nel tempo. E' sempre opportuno chiedere informazioni precise al momento della prenotazione del volo aereo.



Nell'interesse delle passeggere in gravidanza limitiamo il viaggio oltre le 36 settimane per le gravidanze fisiologiche. Per le gravidanze gemellari il limite scende a 32 settimane. Dopo la 28 settimana invitiamo a portare un certificato del medico che confermi il buon andamento della gravidanza e la data presunta del parto. In sostanza che non c'è alcun motivo di impedimento al viaggio aereo.

Nullaosta obbligatorio

La passeggera deve avere il nullaosta sanitario al volo se:

- E' nelle ultime quattro settimane dal parto
- Ha una gestazione con complicazioni mediche
- E' previsto un parto gemellare

Il nullaosta è costituito dalla compilazione di un modulo Alitalia MEDIF debitamente firmato sia dalla cliente sia dal suo medico di fiducia, o dal medico di fiducia Alitalia.

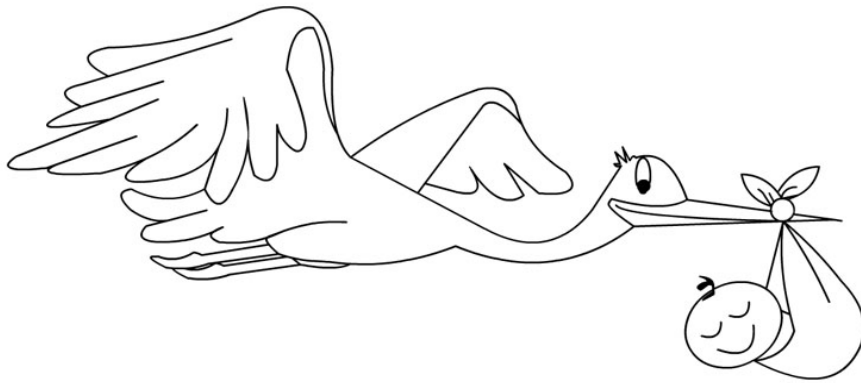
All'eventuale accompagnatore è assegnato un posto accanto alla gestante, perché possa assisterla a bordo. L'accompagnatore deve essere una persona in grado di provvedere alle necessità personali della paziente durante il volo e non ha responsabilità ai fini di una eventuale evacuazione della partoriente dall'aeromobile in casi di emergenza. Tuttavia in tali casi l'accompagnatore deve essere in grado di assumersi l'incarico di coadiuvare il personale di cabina ed aiutare la gestante.



La maggior parte delle compagnie aeree americane permettono alle donne in gravidanza di volare sui voli domestici fino alla 36 settimana mentre limitano alla 35 settimana il permesso per i voli internazionali.

	Domestic	International
<u>American airlines</u>	Nessuna restrizione fino alla 36 settimana. Oltre la 36 settimana il passeggero deve avvisare l'agenzia di viaggio. E' richiesto un certificato medico se il viaggio avviene sette giorni prima o sette giorno dopo la nascita	Richiesto un certificato medico se il viaggio avviene 30 giorni prima della data prevista del parto
<u>Delta airlines</u>	Nessuna restrizione	Nessuna restrizione
<u>United airlines</u>	Nessuna restrizione durante i primi otto mesi. Al nono mese è richiesto un certificato medico in triplice copia	Stessa modalità
<u>US Airways</u>	Nessuna restrizione prima del terzo trimestre. Certificato medico richiesto se il viaggio avviene prima di sette giorni dalla data del parto	Stessa modalità

E se nasce in volo?



Anche se non frequentemente un parto a bordo è già capitato.

L'augurio è che sia casualmente presente un medico o un'ostetrica per rassicurarvi. Al resto pensa la natura. Alcune compagnie prevedono dei benefits per il pupo nato in volo.

Il neonato acquisisce comunque la cittadinanza dei propri genitori

Il luogo di nascita è relativo alla nazionalità del velivolo trasportatore

In alcuni stati vige il "diritto del suolo" per cui il luogo di nascita è quello del paese sorvolato al momento della nascita

Auguri e Buon Viaggio!!