

CURSO DE PREPARACIÓN
A LA MATERNIDAD



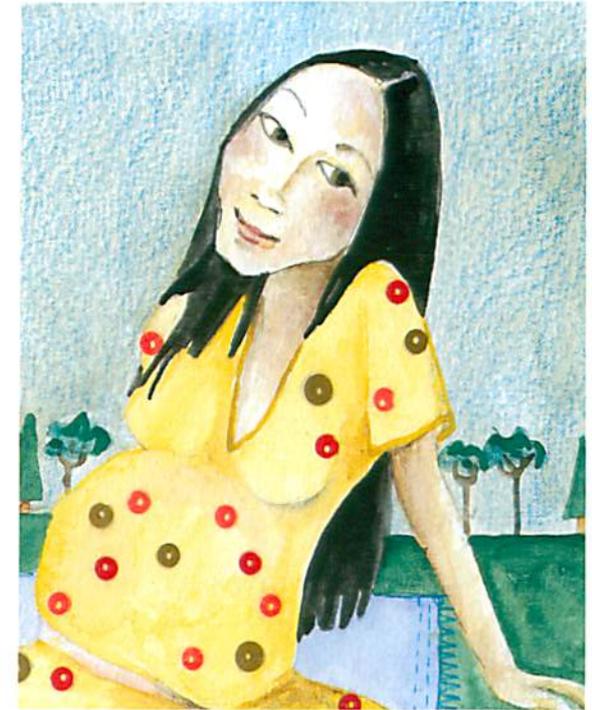
ib INSTITUTO
FERTILIDAD Y GINECOLOGIA
BERNABEU
www.institutobernabeu.com


anacer
asociación nacional de clínicas
de reproducción asistida

Tel. 965.15.40.00
www.institutobernabeu.com
info@institutobernabeu.com

Alicante • Cartagena • Elche • Benidorm

CURSO DE PREPARACIÓN
A LA MATERNIDAD



ib INSTITUTO
FERTILIDAD Y GINECOLOGIA
BERNABEU

VIVE TU MATERNIDAD INTENSAMENTE,
SERENA Y CONFIADA

INSCRÍBETE EN EL CURSO
DE PREPARACIÓN A LA MATERNIDAD

Sesiones:

Las sesiones serán teóricas y con ejercicios prácticos como estiramientos, respiraciones y técnicas de relajación.

El curso constará de 8 sesiones de 2h de duración cada una, los martes de 19:00 a 21:00h

1ª sesión: El embarazo, cambios fisiológicos del tercer trimestre. Señales de inicio del parto.

2ª sesión: Fases del parto: dinámica prodrómica y periodo activo del parto.

3ª sesión: Los tipos de parto: normales, instrumentados, cesáreas. Control del dolor en el parto: la analgesia epidural.

4ª sesión: El puerperio: cambios físicos y psicológicos. Cuidados maternos.

5ª sesión: Recuperación física en el postparto. El suelo pélvico.

6ª sesión: La lactancia materna.

7ª sesión: La crianza: el comienzo de la nueva etapa. Sexualidad y métodos anticonceptivos.

8ª sesión: Cuidados del recién nacido.

Ser madre supone una revolución emocional para la que se necesita preparación y valor, así como procurarse un acompañamiento cálido, de amor y comprensión.

CURSO DIRIGIDO A PAREJAS A PARTIR DE LA SEMANA 28 - 29 DE EMBARAZO

Objetivos:

Prepararte física, psicológica y emocionalmente para un nacimiento gozoso y tranquilo.

Mejorar tus conocimientos sobre embarazo, parto y puerperio.

Aprender recursos y habilidades para vivir activamente el parto y la crianza de tus hijas/os con seguridad en lugar de miedos y ansiedades.

Podrás asistir al curso con un acompañante y ropa cómoda.

Los martes por la tarde
de 19:00 a 21:00 horas
durante 8 semanas en el

**INSTITUTO BERNABEU
ALICANTE**

Impartido por el equipo de matronas
del INSTITUTO BERNABEU.

INFORMACIÓN E INSCRIPCIÓN

Atención al paciente del
INSTITUTO BERNABEU
Teléf. 965 15 40 00

CURSO DE PREPARACIÓN A LA MATERNIDAD

NOMBRE

DIRECCIÓN

POBLACIÓN

TELÉFONO

E-MAIL.....

A FECHA

ESTOY DE SEMANAS DE GESTACIÓN

HOJA DE INSCRIPCIÓN

