

ESCUELA DE PADRES

Educación para la maternidad, paternidad y crianza

NUEVOS TALLERES A PARTIR DEL MES DE MARZO

Lugar: Hospital General de Villalba

Sala de espera A14, puerta del Bloque Obstétrico

Fecha: el tercer sábado de cada mes

Horario: 11.00 a 13.00 h.

No es necesaria inscripción previa

Gratis



1ª SESIÓN: 21 de marzo.

MI CUERPO ESTÁ CAMBIANDO

- Cambios en el embarazo, hábitos saludables, motivos de consulta.
- Ejercicios de suelo pélvico, masaje perineal.

2ª SESIÓN: 18 de abril.

EL PARTO

- El parto normal, el parto complicado y la cesárea.
- Cuándo acudir al hospital y qué llevar. Piel con piel.
- Ejercicios, respiraciones y relajación.

3ª SESIÓN: 16 de mayo.

DOLOR, CONTROL, RELAJACIÓN, ANALGESIA

- Alivio del dolor.
- Alternativas posturales: pelvis en movimiento.
- Plan de parto.
- Analgesia epidural
- Donación de sangre de cordón umbilical.

4ª SESIÓN: 20 de junio.

LA AVENTURA DE SER PADRES.

- Postparto.
- Trámites al nacimiento.
- Métodos anticonceptivos y sexualidad en el puerperio.

5ª SESIÓN: 18 de julio.

LACTANCIA.

- Alimentación del recién nacido, dificultades más frecuentes.
- Extracción y conservación de leche materna
- Recomendaciones sobre lactancia artificial. Mitos y dudas.

6ª SESIÓN: 22 de agosto.

EL RECIÉN NACIDO.

- Primer mes de vida. Cuidados y recomendaciones.
- Masaje infantil.
- Motivos de consulta.