

## ¿Qué es la educación maternal?

La **educación maternal** es una formación donde intentamos dar una respuesta satisfactoria con el fin de que la maternidad sea una vivencia positiva para la mujer, la pareja, el hijo y su entorno; logrando así desarraigar mitos y temores relacionados con el embarazo, parto y puerperio. Una adecuada preparación de la pareja proporcionará aumento de la salud y bienestar de la familia.

Para ello disponemos de una educación maternal hecha a tu medida, bien en una modalidad con charlas semanales o intensiva, grupales o individuales, o incluso en inglés.

Cada sesión tiene una duración aproximada de 2 horas en la modalidad semanal o 4 horas en la intensiva. Dichas charlas serán muy participativas y combinaremos teoría y ejercicios.

**DURACION 1 HORA 30 SEMANAL, 8 HORAS (4 HORAS POR DIA) INTENSIVO**



Accede online a tus resultados y gestiona tus citas en el área "Mi Quirónsalud" de [quironsalud.es](http://quironsalud.es), o en nuestra App.



Cita previa  
**900 301 013**

 [quironsalud.es](http://quironsalud.es)

Hospital  
**quirónsalud**  
Córdoba

Avda. Del Aeropuerto, s/n.  
14004 Córdoba  
**957 410 000**  
Matrosalud  
**600 895 849**

**Quirónsalud, la salud persona a persona.**

Más de 180 hospitales, institutos y centros médicos dedicados a tu salud.



Obstetricia y Ginecología

## Educación maternal ¿Vas a ser mamá?



Hospital  **quirónsalud**  
Córdoba

## Contenido teórico educación maternal

- **Sesión 1. Embarazo y Covid 19.** Todo lo que hay que saber.
- **Sesión 2. El proceso del parto:** El plan de parto. Pródromos de parto, cuándo acudir al Hospital. Bolsa rota, contracciones, manejo de situaciones especiales, etc. El inicio del parto como un proceso dinámico. Respiración, el parto en movimiento. Masaje perineal. Donación o conservación del cordón.
- **Sesión 3. El día más feliz de tu vida:** El parto. Dilatación, expulsivo y alumbramiento. Partos eutócicos y distócicos (instrumentales y cesáreas). Analgesia en el parto.
- **Sesión 4. Puerperio inmediato y vuelta a casa:** Puerperio inmediato, cuidados de la Mama. Cuidados del recién nacido (baño, cuidados del cordón, cólico del lactante, signos de alarma, etc). Tristeza puerperal, seguimiento en el puerperio, sexualidad, recuperación perineal y ejercicios de Kegel. Crianza.
- **Sesión 5. Lactancia:** Lactancia materna, alimentación artificial y mixta. Sacaleches. Biberones: preparación y esterilización.



## Contenido práctico educación maternal

- **Relajación, Mindfulness.**
- **Suelo Pélvico**
- **Kegel**
- **Preparación Perineal**
- **Esferodinamia**
- **Entrenamiento respiratorio**

- Las sesiones las impartirán matronas especializadas en las diferentes materias: lactancia, parto, postparto, recién nacido,...
- Se llevarán a cabo en horario de mañana y/o tarde en modalidad semanal o intensiva. Además dispondrá de clases **privadas** personalizadas individuales. También clases en inglés **impartidas de forma privada.**
- Las sesiones se desarrollarán en las instalaciones de nuestro **Hospital Quirónsalud Córdoba**, dotado de todo el material necesario.
- Serán las mismas matronas que estarán en su proceso de embarazo, las que le atiendan en su parto y postparto. Conocerán sus inquietudes y preferencias.
- Estará asesorada 24 horas por matronas expertas **en nuestro centro de forma presencial.**
- Se recomienda traer: ropa cómoda, agua o líquidos isotónicos y toalla para colchoneta.
- Si tiene alguna duda llámenos sin compromiso. **Estamos para asesorarles y ayudarles en este momento tan importante.**

## Somos Quirónsalud. El primer grupo hospitalario de España

En Quirónsalud buscamos la excelencia, por lo que vamos aumentando progresivamente la oferta de servicios relacionados con el embarazo lactancia, puerperio y crianza.

Consulte por los mismos sin ningún tipo de compromiso:

### Consultas Privadas:

- Reflexología podal para la estimulación del inicio del parto.
- Consulta de tratamiento de presentación de nalgas con moxibustión.
- Consulta de puerperio.
- Consulta Lactancia (IBLC) Telemática o presencial.
- Telemática o presencial.

### Talleres y Webinars:

Diferentes talleres relacionados con la crianza y la formación de padres:

- Taller de Porteo.
- Taller BLW.
- Taller de Primeros Auxilios.
- Taller de masaje infantil.
- Taller manejo cólico del lactante.

