

¿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.



Portal del Paciente Quirónsalud

Accede online a tus resultados y gestiona tus citas en quironsalud.es o en nuestra App.

DESCÁRGATE
NUESTRA APP



Cita previa

901 500 501



Hospital
quirónsalud
Córdoba

Hospital Quirónsalud Córdoba
Avda. Del Aeropuerto, s/n.
14004 Córdoba
957 410 000

Quirónsalud, la salud persona a persona.

Más de 100 hospitales, institutos y centros médicos dedicados a tu salud en 13 comunidades autónomas: Andalucía | Aragón | Baleares | Canarias | Castilla La Mancha | Cataluña | Comunidad Valenciana | Extremadura | Galicia | Madrid | Murcia | Navarra | País Vasco



Obstetricia y Ginecología

Educación maternal ¿Vas a ser mamá?



Hospital **quirónsalud**
Córdoba

Contenido teórico educación maternal

- **Sesión 1. Embarazo y bienestar:** alimentación en la gestación. Cambios físicos y psicológicos. Higiene, deporte y sexualidad. Controles durante el embarazo: analíticas, triple screening, EGB, etc.
- **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.
- **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. Uno más en la familia:** Puerperio inmediato, cuidados del periné y herida quirúrgica. Cuidados del recién nacido (baño, cuidados del cordón, cólico del lactante, signos de alarma, etc). Canastilla de parto. Seguimiento del recién nacido y vacunas.
- **Sesión 5. Lactancia:** Lactancia materna, alimentación artificial y mixta. Sacaleches. Biberones: preparación y esterilización.
- **Sesión 6. Empezar en casa:** Tristeza puerperal, seguimiento en el puerperio, sexualidad, recuperación perineal y ejercicios de Kegel. Crianza.



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 dispondrás 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

- Reflexología podal para la estimulación del inicio del parto.
- Consulta de tratamiento de presentación de nalgas con moxibustión.
- Consulta de puerperio.
- Consulta específica de lactancia.
- Consulta personalizada de elaboración y evaluación de plan de parto.

Formaciones y actividades:

- Método AIPAP.
- Estimulación acuática temprana.
- Yoga y pilates para embarazo y postparto con bebés.
- Consulta de recuperación y rehabilitación de suelo pélvico.

Talleres:

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.

Sobre las consultas, formaciones y actividades habría que poner que están suspendidas por el covid debido a la imposibilidad de tener grupos físicos presenciales. En su lugar hacemos talleres o sesiones telemáticas además de directos en Instagram.

