



UNIDAD MATERNO INFANTIL EGR PROGRAMA EGR MATERNITY

¿QUIÉN IMPARTE LAS CLASES FÍSICAS Y TEÓRICAS?

Nuestra matrona, Laura de los Santos Domínguez. Una matrona es la profesional sanitaria **especializada en acompañar a las mujeres** a lo largo de las diferentes fases de su vida, por supuesto, siempre en **coordinación con el equipo de ginecología**.

¿CÓMO FUNCIONA?

PROGRAMA FÍSICO

desde la semana 20 hasta la 37 de gestación.

Clases de **condicionamiento físico**. Ejercicios adecuados y específicos donde se trabaja fuerza, elasticidad, equilibrio, movilidad pélvica, suelo pélvico, basado en el programa específico AIPAP (impartido solo por matronas)

* **Clases presenciales o en modalidad on line**

* **Uno o dos días a la semana.**

PROGRAMA TEÓRICO

desde la semana 26-28 de gestación.

* **8 clases teórico prácticas**; 6 clases grupales, 2 clases individuales con la matrona y 2 talleres on line especializados (cuidados corporales y nutrición)

8 Sesiones

- 1ª ÚLTIMAS PRUEBAS DEL EMBARAZO Y MOTIVOS PARA EL IR AL HOSPITAL ANTES DE TIEMPO.
- 2ª PROCESO FISIOLÓGICO DEL PARTO.
- 3ª CUIDADOS DEL RECIÉN NACIDO.
- 4ª EL SUELO PÉLVICO DURANTE EL EMBARAZO Y EN EL POSTPARTO.
- 5ª LA ALIMENTACIÓN DEL BEBÉ: LACTANCIA MATERNA Y ARTIFICIAL.
- 6ª LA VUELTA A CASA: POSTPARTO FÍSICO Y EMOCIONAL.
- 7ª POSTURAS DE DILATACIÓN Y EXPULSIVO. PUJOS, RESPIRACIONES Y PARTO EN MOVIMIENTO (individual y presencial).
- 8ª SESIÓN: VALORACIÓN POSTPARTO DE LA MUJER Y LACTANCIA MATERNA (individual y presencial).

Además, todas las pacientes tendrán acceso a un **grupo de apoyo vía whatsapp** con la matrona para la resolución de **dudas durante el embarazo**.

¿CÓMO SERÁN LAS CLASES?

De la 1ª a la 6ª: on line en directo mediante la plataforma zoom. **Grupos reducidos.**

El horario será estipulado una vez comience el curso. En caso de no poder acudir a alguna clase, dentro de nuestra web tendrás la posibilidad de **acceder a una plataforma** donde encontrarás una grabación de un curso completo además de **muchos otros recursos** como resúmenes en pdf del curso.

Si tras ver la clase, te siguen quedando dudas, podrás cerrar una **video tutoría individual**

La 7ª y 8ª serán individuales y de manera presencial en el centro.

¿CUÁL ES EL PRECIO DEL CURSO?

Podrás elegir entre la modalidad A

(Clases físicas 1 día a la semana + 8 clases de programa teórico)

o la modalidad B

(Clases físicas 2 días a la semana + 8 clases de programa teórico)

También están disponibles las **clases físicas** o el **programa teórico** de **manera separada**.

Si tienes aseguradora que tenga concierto con el centro, **tendrás un descuento**.

¡ ENHORABUENA POR TU EMBARAZO !

Si tienes cualquier tipo de duda adicional, no dudes en consultarnos y te la aclararemos encantados.

Esríbenos al mail matronaegr@egr.es o llama al 917401690