



Hospital General de Villalba

Comunidad de Madrid

ESCUELA DE PADRES

Educación para la maternidad, paternidad y crianza

NUEVOS TALLERES A PARTIR DEL MES DE SEPTIEMBRE

Lugar: Hospital General de Villalba

Sala de espera A14, puerta del Bloque Obstétrico

Fecha: un sábado al mes - **Horario:** 11.00 a 13.00 h.

No es necesaria inscripción previa

Gratuito



1ª SESIÓN: 19 de septiembre de 2015

MI CUERPO ESTÁ CAMBIANDO

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

2ª SESIÓN: 17 de octubre de 2015

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: 21 de noviembre de 2015

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: 19 de diciembre de 2015

LA AVENTURA DE SER PADRES

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

5ª SESIÓN: 16 de enero de 2016

LACTANCIA

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

6ª SESIÓN: 20 de febrero de 2016

EL RECIÉN NACIDO.

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