



Curso de preparación para el nacimiento y primeros días de vida

Destinado a quienes cursan su primer embarazo así como quienes ya han vivido esta experiencia.

El curso de preparación para el nacimiento del Hospital Británico ha sido cuidadosamente diseñado para la futura mamá, su pareja o acompañante con el fin de transitar este proceso con un abordaje integral.

Los encuentros están a cargo de un equipo multidisciplinario que incluye: obstetra partera, médico gineco-obstetra, neonatólogo, odontólogo, licenciados en psicología, en nutrición y dietoterapia, en enfermería y en trabajo social.

El contenido integra todas las unidades temáticas bajo un eje común. Si bien cada profesional brinda un enfoque específico, el resultado final contempla una visión integradora de toda esta etapa de la vida.

Consta de ocho encuentros teórico-prácticos y su contenido se va adaptando a las diferentes etapas del embarazo, trabajo de parto, parto, puerperio y primeros días de vida del bebé.

Descubrí cada etapa de tu embarazo, conectá con tus emociones y preparate para vivirlo plenamente.

Informes e inscripciones:
clubdepadres@hospitalbritanico.org.uy

Encuentro inicial virtual • Bienvenida a esta nueva etapa de tu vida.
Charla informativa sobre los primeros cuidados en el embarazo. **Semana 13-18**

A partir del siguiente encuentro las clases podrán ser virtuales o presenciales, de 18 a 20 hrs.

Encuentro 1 • Cuidándonos desde el primer latido.
Cambios físicos y emocionales del embarazo. Signos de alerta. **Semana 20-24**

Encuentro 2 • Cuidados y derechos durante la gestación.
Abordando el marco legal. Cuidado físico. Rol de quien acompaña. **Semana 20-24**

Encuentro 3 • Conociendo la maternidad y las Salas de Nacer donde nacerá tu bebé.
Un recorrido virtual por nuestra Maternidad. **Semana 24-28**

Encuentro 4 • El nacimiento y las diferentes formas de nacer.
Paso a paso todo lo que querés saber sobre el gran día. **Semana 28-32**

Encuentro 5 • Conociéndonos.
Del otro lado de la piel. Puerperio. Cuidados a la mamá luego del nacimiento. **Semana 28-32**

Encuentro 6 • Amamantar: aprendizaje, desafíos, un acto de amor.
Te contamos todo acerca de la lactancia. **Semana 28-32**

Encuentro 7 • Al encuentro de tu bebé.
Bienvenida y los primeros cuidados del recién nacido. Cierre del curso. **Semana 28-32**

Encuentros virtuales o presenciales, de 18 a 20 hrs.

		Ene.	Feb.	Mar.	Abr.	May.	Jun.	Jul.	Ago.	Set.	Oct.	Nov.	Dic.
	Semana 13 a 18 - Encuentro virtual. Bienvenida a esta nueva etapa de tu vida. Charla informativa sobre los primeros cuidados en el embarazo.	13	3	5	2	5	2	7	4	1	6	3	1
1	Semana 20 a 24 - Cuidándonos desde el primer latido. Cambios físicos y emocionales del embarazo. Signos de alerta. Actividad práctica.	15	5	10	7	7	4	9	6	3	8	5	3
2	Semana 20 a 24 - Cuidados y derechos durante la gestación. Abordando el marco legal. Cuidado físico. Rol de quien acompaña. Actividad práctica.	17	10	12	9	12	9	14	11	8	13	10	5
3	Semana 24 a 28 - Conociendo la maternidad y las salas de nacer. Dónde nacerá tu bebé. Un recorrido virtual por nuestra Maternidad. Actividad práctica.	20	12	17	14	14	11	16	13	10	15	12	8
4	Semana 28 a 32 - El nacimiento y las diferentes formas de nacer. Paso a paso todo lo que querés saber sobre el gran día. Actividad práctica.	22	17	21	21	19	16	21	18	15	20	17	10
5	Semana 28 a 32 - Conociéndonos. Del otro lado de la piel. Puerperio. Cuidados a la mamá luego del nacimiento. Actividad práctica.	27	19	24	23	21	18	23	20	17	22	19	15
6	Semana 28 a 32 - Amamantar: aprendizaje, desafíos, un acto de amor. Te contamos todo acerca de la lactancia. Actividad práctica.	29	24	26	28	26	23	28	27	22	27	24	17
7	Semana 28 a 32 - Al encuentro de tu bebé. Bienvenida y los primeros cuidados del recién nacido. Cierre del curso. Actividad práctica.	31	26	31	30	28	25	30	29	24	29	26	22
	Encuentro Pos Nacimiento - Aspectos psicológicos durante el puerperio. Actividad práctica: masaje Shantala (mamá y bebé). Horario a confirmar.												