



# CORSO DI ACCOMPAGNAMENTO ALLA NASCITA MARZO/APRILE 2023



**FREQUENZA DEL CORSO: 1 volta alla settimana, 8 incontri. Inizio corso: 09/03/23**



**DURATA DELLE LEZIONI: 2 ore, dalle 17.00 alle 19.00**



**OSTETRICA REFERENTE DEL CORSO: Sara Matola**



**LOCATION: ON-LINE**



## **1. Iniziamo a conoscerci 09/03/2023 (h.17.00/19.00)**

Presentazioni delle partecipanti, aspettative del corso, come cambia il nostro corpo in gravidanza, cosa mettere nella valigia.



## **2. Genitorialità 17/03/2023 (h.17.00/19.00)**

Incontro con la psicologa: il viaggio di trasformazione da figlia a genitore. Essere mamma, la coppia, la futura famiglia.



## **3. Iniziamo a conoscere le dinamiche del parto 23/03/2023 (h.17.00/19.00)**

Travaglio prodromico, dilatante, espulsivo, secondamento e puerperio, il taglio cesareo.



## **4. Cosa accade subito dopo la sala parto e allattamento 30/03/2023 (h.17.00/19.00)**

Allattamento al seno ed i suoi vantaggi, posizioni per l'allattamento, incontro con il pediatra.



## **5. Localizzazione del dolore 06/04/2023 (h.17.00/19.00)**

Dove si localizza e come si contrasta con la respirazione e l'acqua, Analgesia epidurale e spinale, incontro con l'anestesista.



## **6. Pavimento pelvico 13/04/2023 (h.17.00/19.00)**

Incontro con la fisioterapista: focus pavimento pelvico in gravidanza e tips pavimento pelvico nel post-parto.



## **7. Disostruzione 20/04/2023 (h.17.00/19.00)**

Disostruzione da liquidi e da solidi nel lattante, manovre di disostruzione.