



CORSO DI ACCOMPAGNAMENTO ALLA NASCITA MAGGIO/GIUGNO 2023



FREQUENZA DEL CORSO: 1 volta alla settimana, 8 incontri. Inizio corso: 04/05/23



DURATA DELLE LEZIONI: 2 ore, dalle 17.00 alle 19.00



OSTETRICA REFERENTE DEL CORSO: Sara Matola



LOCATION: ON-LINE



1. Disostruzione 04/05/2023 (h.17.00/19.00)

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



2. Conosciamoci 11/05/2023 (h.17.00/19.00)

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



3. Iniziamo a conoscere le dinamiche del parto 18/05/2023 (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 25/05/2023 (h.17.00/19.00)

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



5. Localizzazione del dolore 01/06/2023 (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 08/06/2023 (h.17.00/19.00)

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



7. Ritornare in forma 15/06/2023 (h.18.00/19.00)

Incontro con il medico estetico.



8. Genitorialità 22/06/2023 (h.17.00/19.00)

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