

# Taller: Preparación al Nacimiento

**Soledad Sarasua Nieto**

(56 9) 7 7646145

soledadsarasua@gmail.com

**Bettina Cárdenas Ricotti**

(56 9) 9 0820883

bettinagabriela@gmail.com

Matronas Universidad de Chile

Consejeras Familiares CENFA

Diplomado "Atención integral de la gestante desde el punto kinésico y psicológico" Universidad de Chile.

## **HORARIOS:**

Lunes 11:00 a 12:30 hrs.

Jueves 19:30 a 21:00 hrs.

[www.almaurbana.cl](http://www.almaurbana.cl)



Alma  
Urbana



## Taller:

### Preparación al Nacimiento

*Unos de los eventos más relevantes que enfrentamos en nuestra existencia, es el nacimiento de un hijo, esto es especialmente evidente en la mujer que al alojarlo en su propio cuerpo experimenta durante la gestación cambios numerosos e intensos.*

Estos cambios exigen adaptación en cada etapa, que la conducen a redefinir su estilo de vida sus relaciones consigo misma, con su pareja, su entorno, su relación vincular con el bebé y la formación de su rol materno.

Todo esto genera emociones en su mundo interno, las cuales tienen un sustrato biológico que influyen en el mundo emocional del feto, debido a que existe una fusión biológica y emocional durante la gestación que se prolonga más allá del nacimiento y que es clave en este período del desarrollo y crecimiento humano.

La intervención y acompañamiento que realizaremos puede ayudarlos a generar estilos de vida familiar, formas de cuidado y crianza de hijos más saludables.

Desarrollaremos estrategias que les permitirán lograr un correcto proceso de maduración a la maternidad, favoreciendo a su vez el desarrollo neurológico y emocional del recién nacido.

#### **Estas estrategias le permitirán:**

- 1.- Identificar las emociones a las que se enfrentarán en el curso del embarazo.
- 2.- Aprender a aceptar los cambios corporales y conductuales que se producen en el embarazo.
- 3.- Darle identidad paso a paso a tu futuro hijo.
- 4.- Trabajar el momento del nacimiento.
- 5.- Trabajar apego madre-hijo, padre-hijo, y tríada, para lograr mejor vínculo de pareja y con vuestro hijo.

