



# CORSO ACCOMPAGNAMENTO ALLA NASCITA DICEMBRE/GENNAIO 2023-2024



**FREQUENZA DEL CORSO:** 1 volta alla settimana, 6 incontri. Inizio corso: 21/12/2023



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



**OSTETRICA REFERENTE DEL CORSO:** Sara Matola



**LOCATION: ON-LINE**

---

## **Conosciamoci 21/12/2023 (h.17.00/19.00)**



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



## **Iniziamo a conoscere le dinamiche del parto 28/12/2023 (h.17.00/19.00)**

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



## **Localizzazione del dolore 04/01/2024 (h.17.00/19.00)**

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



## **Cosa accade subito dopo la sala parto e allattamento 11/01/2024 (h.17.00/19.00)**

Allattamento al seno ed i suoi vantaggi, posizioni per l'allattamento.



## **Ritornare in forma 18/01/2024 (h.18.00/19.00)**

Incontro con il medico estetico.



## **Disostruzione 25/01/2024 (h.17.00/19.00)**

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

