# Taller grupal sobre educación maternal

## Red adscrita Salud Comunitaria Aragón

## Temas

Mujeres, Salud sexual y reproductiva.

## Descripción

Actividad semanal impartida por las matronas del centro de salud dirigida a las embarazadas. Se realizan durante las 6 últimas semanas de gestación

Consta de una hora de teoría y una hora de práctica. En la parte teórica se habla sobre el embarazo: recuperación del suelo pélvico, masaje perineal, ejercicios de Kegel, signos de alarma… Y sobre el parto: fases del parto, tipos de parto. Se abordan también otros temas como el puerperio, lactancia materna y curas del recién nacido. La última parte de la sesión es de carácter práctico sobre relajación y la técnica de masaje del manteo. Además se desarrollan varias sesiones impartidas por los anestesiólogos del hospital de Alcañiz sobre la anestesia epidural.

Se realiza todos los jueves en horario de 10 a 12h en el gimnasio del Centro de Salud.

## Población

Población General - Mujeres (Mujeres embarazadas)

## Persona de contacto

María García (978831718) (alcaniz.comunitaria@salud.aragon.es)

## Entidad participante/colaboradora/promotora

Centro de Salud de Alcañiz

## Fecha de última actualización de la actividad

27/09/2024

## Situación actual de la actividad

Activa

## Gratuita

Sí

## Localización

Calle Andrés Vives sn 44600 Alcañiz Teruel Aragón España

