



Curso para embarazadas y sus parejas en Ciudad de la Costa



Lic. en Enf. Ana Ventoso

CASMU desde su creación se ha enfocado en brindar una atención de calidad a todos sus usuarios. Esta política ha sido acompañada por el Departamento de Enfermería desde sus inicios en la Institución, que con el propósito de mejorar las prácticas de enfermería ha estimulado la realización de proyectos dirigidos al cuidado integral y a su vez integradores de otras disciplinas.

Uno de los proyectos, pionero en nuestro medio, fue el dirigido a las futuras mamás, a las cuales se las preparaba para el momento del parto. El mismo fue evolucionando y desde hace varios años en Montevideo el responsable del Curso para Embarazadas es el EMI (Educación Materno Infantil).

Para mejorar la accesibilidad y brindar cobertura a las usuarias de la Ciudad de la Costa, desde octubre de 2011 se dictan clases preparto. Las mismas se realizan en el Centro Médico Costa Urbana.

El objetivo principal del curso es proporcionar información a la futura mamá y su acompañante sobre las diferentes etapas del embarazo, parto, puerperio y los cuidados del recién nacido. Otros objetivos, no menores, son favorecer el relacionamiento con el equipo de salud y entre las usuarias, con el propósito de disminuir la ansiedad, temores y desmitificar ideas tradicionales. También se enfoca en educar sobre otros aspectos relevantes como la preparación física y psicológica para un mejor desempeño en el momento del parto.

Otro aspecto muy importante que trata el curso, es la preparación de la futura mamá para el amamantamiento, jerarquizando su importancia en la salud del bebé y en el vínculo madre-hijo.

En cada uno de los encuentros se genera un espacio para el planteamiento de dudas que surjan en este tan especial momento de la vida de cada una de las usuarias y su familia.

También se estimula al apoyo entre las parejas participantes que esperan un bebé, pues ¿quién podrá comprender mejor esta etapa, que las parejas que están vivenciándola?

El curso consta de ocho clases, dictadas por profesionales altamente capacitados, en el horario de 20:30 a 22:30 horas. El comienzo de cada curso se publica en la Web CASMU y está dedicado tanto a socios como a no socios.

Los temas que abarca:

- Técnicas de respiración y relajación.
- Cómo se está desarrollando su bebé.
- Cómo hacer que su embarazo, trabajo de parto y parto sean más placenteros.
- Cómo delinear un plan para el parto.
- Signos de advertencia que le indica que algo está mal en el embarazo.
- Cómo distinguir cuando se está en trabajo de parto.
- Opciones para aliviar el dolor durante el trabajo de parto.

El equipo está conformado por:

Médico Ginecólogo – Dr. Richard Green: (enfocado en lo que corresponde al trabajo de parto, parto y cesárea, etc.).

Lic. en Fisioterapia – Alba Yanes: encargada de dictar clases prácticas sobre ejercicios respiratorios para el parto e higiene de columna.

Obstetra Partera – Estela Elizalde. (enfocada en lo que corresponde al trabajo de parto y parto)

Lic. en Nutrición - Estela Berriel: (encargada de la alimentación en el Tercer trimestre del embarazo y puerperio).

Médica Pediatra - Dra. Alicia González: (encargada de cuidados del recién nacido).

Técnico - Gestora lactancia Materna - Laura Fazio: (beneficios de la lactancia materna, técnica correcta de lactancia, etc.).

Lic. en Enf. – Ana Laura Ventoso: (encargada de la coordinación y cuidados de enfermería).

