

Disponer de información adecuada durante todo el proceso de embarazo, parto y puerperio, mantener una buena comunicación con tu matrona y sentirte acompañada y apoyada, te ayudará a afrontar el parto y la maternidad con tranquilidad y confianza.

Información e inscripciones:

*Unidad Materno Infantil  
Ginemed-Costa de la Luz*

Hospital Costa de la Luz. 1ª Planta  
C/ Punta Umbría, s/n  
21002 Huelva

T. +34 959 242 100

[docencia@ginemed.es](mailto:docencia@ginemed.es)  
[www.ginemed.es](http://www.ginemed.es)



# MATERNIDAD

Preparación al parto y  
a la Maternidad

---

# Cuando nace un bebé, nace una **nueva madre**



## *Contigo* *durante el embarazo, parto y puerperio*

El embarazo y el nacimiento de un bebé es uno de los **momentos más especiales en la vida de una mujer**, nos generan ilusión y alegría pero también miedos, dudas e incertidumbres.

Para solventarlas, y acompañaros en este proceso de cambios y nuevas sensaciones, las matronas de la Unidad Materno Infantil de Ginemed ponen en marcha un completo programa de formación que tiene **como objetivo el bienestar de los padres y del recién nacido durante el embarazo, parto y puerperio.**

### **Las clases**

- Sesiones en grupos reducidos.
- 2 horas de duración.
- Clases teóricas y prácticas.
- Puedes venir acompañada.

### **Beneficios**

- Favorecemos el tono muscular y la elasticidad a través del método Pilates.
- Orientación en la lactancia y cuidado del bebé.