

# MATRESCENCIA

## *Curso de Preparto*

Tumas Patricia  
Romina Morison



# Matrescencia



Porque **Matrescencia**:

"**Matrescencia**" es un término que se refiere al proceso de maduración o desarrollo de la persona gestante.

En términos más amplios, la matrescencia se refiere a la transformación que experimenta la gestante cuando se convierte en madre, incluyendo cambios físicos, emocionales, sociales y psicológicos. Este término engloba el proceso de adaptación a la maternidad, el desarrollo de un vínculo afectivo con el hijo/a, y la integración de la nueva identidad parental.

La matrescencia es un período de transición significativo que puede implicar desafíos y cambios profundos en la vida de una persona, pero también puede ser una experiencia enriquecedora y transformadora.

Es importante tener en cuenta que este proceso es único para cada una y puede variar según diversos factores como el entorno social, cultural, y personal.

Con Patricia queremos acompañarte en este proceso, brindandote un acompañamiento integral. Sabemos la importancia de transitarlo acompañadas, informadas y empoderadas.



# Nuestros Objetivos



"En Matrescencia, comprendemos que la transición a la maternidad es un viaje profundamente personal y único. Cada una de ustedes experimentará este proceso de manera diferente, atravesando una etapa de cambios significativos tanto físicos como emocionales.

Nuestro objetivo es brindarles un acompañamiento integral durante este viaje transformador. Nos esforzamos por proporcionarles información relevante y recursos prácticos que les ayuden a navegar por esta etapa de la vida con confianza y tranquilidad.

Creemos firmemente en empoderar a cada una de ustedes, asegurándonos de que se sientan las verdaderas protagonistas de este espacio y de su propio proceso de maternidad.

En Matrescencia, cada una de ustedes es valorada, respetada y apoyada en su singular viaje hacia la maternidad."



## Profesionales

**Romina Morison:** Profesora de Yoga, Doula, Puericultora y preparadora prenatal.

**Patricia Tumas:** Medica Pediatra. Diplomada en Crianza y Puericultura



# Fechas

## **Sábado 01 de Junio**

Primer Encuentro "Gestación y Cambios en el Cuerpo".

## **Sábado 8 de junio**

Segundo "Preparto Teoría y Práctica de Preparto".

## **Sábado 15 de Junio**

Tercer Encuentro. "Práctica de Parto".

## **Sábado 22 de junio**

Cuarto Encuentro. "Necesidades Básicas del Bebé e Importancia de la Lactancia".

## **Sábado 29 de junio**

Quinto Encuentro. "Puerperio y Aspectos Técnicos de la Lactancia".

## **Sábado 6 de julio**

Sexto encuentro. "Cuidados del bebe y Crianza".



# Diagrama

## Primer Encuentro: Gestación y Cambios en el Cuerpo.

- Anatomía durante la gestación, cambios físicos y emocionales, conciencia corporal.
- Actividades:
  - Ejercicios de conciencia corporal y relajación.
  - Percepción del otro.

## Segundo Encuentro: Preparto Teoría- Práctica de Preparto

- Parto Respetado, en que consiste y porque es necesario. Fisiología del preparto, posiciones de alivio del dolor, masajes para el parto.

## Tercer Encuentro: Práctica de Parto

- Fisiología del Parto. Etapas del parto, roles de la pareja, técnicas de relajación y apoyo, recursos para el parto.



# Diagrama

## Cuarto Encuentro: Necesidades Básicas del Bebé e Importancia de la Lactancia.

- Hora sagrada. Cuidados básicos del recién nacido, lactancia materna, sueño y alimentación.
- Espacio para preguntas sobre cuidados básicos.

## Quinto Encuentro: Puerperio y Aspectos Técnicos de la Lactancia.

- Adaptación emocional y física después del parto, autocuidado de la madre. Pautas de alarma. Beneficios de la lactancia materna, técnicas de lactancia, resolución de problemas.
- Charla sobre el puerperio y las emociones postparto.
- Ejercicios de relajación y autocuidado.

## Sexto Encuentro: Cuidados del bebé y Crianza.

- Cuidados del bebé en el primer año, estimulación temprana, apego seguro. Vínculo.
- Charla sobre crianza y desarrollo del bebé.
- Como fomentar el apego, sostén y la interacción con el bebé.



# Matrescencia

**Fecha de inicio: sábado 1 de junio**

**Cantidad de encuentros:** 6 encuentros con dos hora y media de duración.

**Día:** todos los sábado, en el espacio de Madryn Yoga.

**Horario:** 15 a 17:30 hs

## **Formato y Modalidad:**

La modalidad es presencial para todos los encuentros.

los mismos van a tener una dinámica de teoría y practica, en la cual se incluirán juegos didácticos y dinámicos.

## **Intercambio y forma de pago.**

Puede abonarse por transferencia:

cobrar.muro.cuota.mp

romi.mor.madryn

**Curso Completo \$70.000**

**Módulos Individuales \$15.000 (cada uno)**

## **Link de Inscripción:**

<https://forms.gle/j9EmFKnA1VK89SC66>

