

EL curso en circuitos y estaciones activas de preparación para la Maternidad y la Pater-
nidad responde a la necesidad normativa de implementar la Ruta Integral de Atención en
Salud-RIAS- Materno Perinatal. En él, se religan los componentes científicos, didácticos y
experienciales que se configuran como entronque de la educación para la familia
gestante, así, los profesionales de la salud disponen de una estrategia práctica que les
permite transformar las representaciones de los participantes sobre los cambios físicos y
fisiológicos durante la gestación, el proceso de parto, signos y síntomas de alarma,
lactancia materna, cuidados del recién nacido, ejercicios físicos y pautas de crianza, entre
otros, teniendo en cuenta los factores psicosociales, económicos y culturales en los que se
encuentra inmersa la familia gestante.

Los Circuitos y Estaciones se fundamentan en la Estrategia Pedagógica de Estaciones
Activas, producto de la investigación en Escenarios de Aprendizaje Creativo donde las
autoras definen los componentes medulares del curso a partir de la conexión, la reflexión
y el trabajo en redes sinérgicas de apoyo familiar, teniendo en cuenta la cosmovisión de la
familia gestante y la aproximación facto-perceptible de la atención humanizada durante
la realización del curso.

La interacción de las autoras con las gestantes y sus núcleos familiares, en diversos
escenarios, permitió la identificación de necesidades y expectativas como elementos
constitutivos de un aprendizaje favorecedor de nuevos estilos de vida que benefician el
binomio madre-hijo como capacidad dinámica de la educación para la salud. En este
sentido, cada circuito es incluyente y conecta los elementos de las estaciones definidas en
el curso; adicionalmente, la revisión de los conceptos básicos y la normativa actual sobre
los derechos a la atención en salud posibilitan la re-creación de contenidos y vivencias de
la familia gestante en cuanto a su bienestar integral.

Esta obra ofrece al lector la secuencia y procesos didácticos interdependientes y dialó-
gicos, requeridos por el talento humano que participa en la preparación de la familia para
la llegada de un nuevo ser a su núcleo, toda vez que desde la vida
intrauterina se inicia el proceso de salud integral, siendo impor-
tante la sensibilidad del equipo interdisciplinario en cada circuito,
esta labor permite el aprendizaje creativo y la puesta en práctica
de los conceptos básicos de cada estación, modificando hábitos
con la práctica de los ejercicios físicos y el entrenamiento para las
fases del parto, así como las diferentes experiencias proporcio-
nadas por el equipo de salud en el circuito de educación.



Escanee el código QR para conocer
más títulos publicados por Ediciones
Universidad Simón Bolívar



PREPARACIÓN PARA LA MATERNIDAD Y LA PATERNIDAD

CURSO EN CIRCUITOS
Y ESTACIONES INTERACTIVAS
PARA PROFESIONALES
DE LA SALUD

RIAS Materno Perinatal

Nora **Becerra Navarro**
Sandra **Cotes Camacho**
Mónica **Gómez Barbosa**
Érika **Palacio Durán**

PREPARACIÓN PARA LA MATERNIDAD Y LA PATERNIDAD

**CURSO EN CIRCUITOS
Y ESTACIONES INTERACTIVAS
PARA PROFESIONALES DE LA SALUD**

RIAS Materno Perinatal

**PREPARACIÓN PARA LA MATERNIDAD Y
LA PATERNIDAD. CURSOS EN CIRCUITOS
Y ESTACIONES INTERACTIVAS PARA
PROFESIONALES DE LA SALUD
RIAS MATERNO PERINATAL**

© Nora Becerra Navarro - Sandra Cotes Camacho - Mónica Gómez
Barbosa - Erika Palacio Durán

**Grupos de Investigación Postura y Movimiento Corporal,
POYMOCOR - Universidad Libre**
Directora: Eulalia Amador

Muévete Caribe - Universidad Simón Bolívar
Directora: Yaneth Herazo

Proceso de arbitraje doble ciego
Recepción: Junio de 2021
Evaluación de propuesta de obra: Julio de 2021
Evaluación de contenidos: Agosto de 2021
Correcciones de autor: Agosto de 2021
Aprobación: Septiembre de 2021

PREPARACIÓN PARA LA MATERNIDAD Y LA PATERNIDAD

CURSO EN CIRCUITOS
Y ESTACIONES INTERACTIVAS
PARA PROFESIONALES DE LA SALUD

RIAS Materno Perinatal

Nora **Becerra Navarro** • Sandra **Cotes Camacho**
Mónica **Gómez Barbosa** • Érika **Palacio Durán**

Preparación para la maternidad y la paternidad. Cursos en circuitos y estaciones interactivas para profesionales de la salud RIAS materno perinatal / Nora Becerra Navarro [y otros 3] -- Barranquilla: Ediciones Universidad Simón Bolívar, 2021.

40 páginas: imágenes a color

ISBN: 978-958-53611-9-5 (PDF versión electrónica)

1. Ejercicios para mujeres embarazadas 2. Cuidado prenatal 3. Servicios de salud materna 4. Mujeres embarazadas 5. Embarazo 6. Parto 7. Niños recién nacidos I. Becerra Navarro, Nora II. Cotes Camacho, Sandra III. Gómez Barbosa, Mónica IV. Palacio Durán, Erika V. Universidad Libre. Grupo de Investigación Postura y Movimiento Corporal, POYMOCOR, VI. Universidad Simón Bolívar. Grupo de Investigación Muévete Caribe VII. Título

612.63 P927 2021 Sistema de Clasificación Decimal Dewey 22ª edición

Universidad Simón Bolívar – Sistema de Bibliotecas

Producido en Barranquilla, Colombia. Depósito legal según el Decreto 460 de 1995. El Fondo Editorial Ediciones Universidad Simón Bolívar se adhiere a la filosofía del acceso abierto y permite libremente la consulta, descarga, reproducción o enlace para uso de sus contenidos, bajo una licencia Creative Commons Atribución 4.0 Internacional. <https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



©Ediciones Universidad Simón Bolívar

Carrera 54 No. 59-102

<http://publicaciones.unisimonbolivar.edu.co/edicionesUSB/>

dptopublicaciones@unisimonbolivar.edu.co

Barranquilla - Cúcuta

Producción Editorial

Editorial Mejoras

Calle 58 No. 70-30

info@editorialmejoras.co

www.editorialmejoras.co

Noviembre de 2021

Barranquilla

Made in Colombia

Cómo citar este libro:

Navarro Becerra, N., Cotes Camacho, S., Gómez Barbosa, M. y Palacio Durán, E. (2021).

Preparación para la maternidad y la paternidad. Cursos en circuitos y estaciones interactivas para profesionales de la salud RIAS materno perinatal. Barranquilla: Ediciones Universidad Simón Bolívar.

¿QUÉ ES LA PREPARACIÓN PARA LA MATERNIDAD Y PATERNIDAD?

La Ruta Integral de Atención en Salud Materno Perinatal tiene por objetivo promover el cuidado de la salud y disminuir el riesgo de morbilidad y mortalidad en la gestante y el recién nacido mediante actividades educativas en torno a los cambios físicos, psicológicos y sociales que implica la gestación, el parto, el puerperio y el cuidado del recién nacido [1]. La preparación para una maternidad y paternidad saludable implica garantizar el bienestar de la familia durante la gestación, parto, puerperio y crianza, incidiendo positivamente sobre la salud física, mental y social de la gestante a través de estrategias de capacitación, ejercicios físicos, ejercicios de respiración, de relajación y de entrenamiento para el parto. Esta preparación mejora las condiciones de salud del binomio madre-hijo y disminuye la presentación de complicaciones que pueden ocasionar eventos de morbilidad y mortalidad en este grupo específico.



Preparación para la maternidad y la paternidad

Curso en circuitos y estaciones interactivas para profesionales de la salud
RIAS Materno Perinatal

El análisis de Situación de Salud de Colombia (2017) muestra que la morbilidad según causas maternas y perinatales tuvo una atención de 2,01 % para una razón de cuatro atenciones por persona. La proporción de atenciones por causa y sexo según el ciclo vital fue de 1,16 para condiciones perinatales; 5,08 para condiciones maternas en el ciclo vital de la adolescencia (12 a 18 años), 8,16 en jóvenes (14 a 26 años) y 2,19 en la adultez (27 a 59 años). En el departamento del Atlántico, la Proporción de atenciones maternas perinatales fue de 5,86 ocupando el segundo lugar en la Región Caribe después de Córdoba. En cuanto a la mortalidad por causa perinatal se observa una tasa de 8,48 muertes por cada 100.000 personas por causas atribuidas a trastornos respiratorios específicos (41,1 %); afecciones originadas en el período perinatal (23,9 %); sepsis bacteriana del recién nacido (16,2 %); feto y recién nacido afectados por complicaciones obstétricas y traumatismos del nacimiento; retardo del crecimiento fetal, desnutrición fetal, gestación corta y bajo peso al nacer; feto y recién nacido afectados por ciertas afecciones maternas [2].

La razón de mortalidad materna en Colombia en el 2017 es de 40 por cada 100.000 nacidos vivos con probabilidad de disminuir a 24,7 en el 2021. El departamento del Atlántico tiene una razón de mortalidad materna menor o igual a 45 días en relación con los demás departamentos de la Región Caribe, quienes registran razón de mortalidad superior a los 45 días. La tasa de mortalidad neonatal en el país en el año 2016 fue de 7,01 por cada 1000 nacidos



¿Qué es la Preparación para la Maternidad y Paternidad?

Nora **Becerra Navarro** - Sandra **Cotes Camacho**
Mónica **Gómez Barbosa** - Erika **Palacio Durán**

vivos y el departamento del Atlántico registró una tasa de mortalidad neonatal mayor de 10 por cada 1000 nacidos vivos [3].

No obstante, ante esta realidad, el Ministerio de Salud y Protección Social de Colombia en aras de garantizar la atención integral en salud emitió la Resolución 429 de 2016 en la cual se adopta la Política Integral de Atención en Salud, PAIS y el Modelo Integral de Atención en Salud, MIAS [4], este último derogado mediante la Resolución 2626 de 2019 que incluye el Modelo de Acción Integral Territorial MAITE para su implementación [5]; y finalmente, las Rutas Integrales de Atención en Salud, RIAS (Art. 5), estableciendo el manual metodológico para su implementación mediante la Resolución 3202 de 2016 [6] a grupos de riesgo como la población materno perinatal con la definición de las intervenciones individuales, colectivas, poblacionales y las acciones de gestión de salud pública requeridas para la promoción de la salud y la gestión de los riesgos de individuo, familias y comunidades.

Los lineamientos técnicos y operativos de la RIAS para la población materna fueron establecidos en la Resolución 3280 de 2018, la cual dispone la intervención colectiva de entornos como el familiar y laboral con el fortalecimiento de redes familiares, comunitarias y sociales y la educación para la salud. Las intervenciones individuales incluyen la detección temprana y la protección específica; en esta



Preparación para la maternidad y la paternidad

Curso en circuitos y estaciones interactivas para profesionales de la salud
RIAS Materno Perinatal

Última, se encuentra el curso de preparación para la maternidad y paternidad.

El curso se organiza en circuitos y estaciones, toda vez que connota la integralidad de la ruta e impacta en las representaciones e imaginarios de los participantes para un cambio en su cosmovisión [7]. En este sentido, el circuito es incluyente y conecta cada elemento de las estaciones que determinan las actividades del curso. Así, se dispone de tres circuitos: educación, ejercicios físicos y entrenamiento para las fases del parto y se establecen siete estaciones que serán descritas en el contenido.

Objetivo

Preparar de forma práctica al talento humano en salud que interviene en el curso de preparación para la maternidad y la paternidad establecido en la RIAS materno perinatal como proceso organizado de educación sobre la mujer gestante y su núcleo familiar.

¿Cuáles son los conceptos básicos del curso?

Cambios físicos y psicológicos durante la gestación

El profesional de la salud desarrollará en la gestante y su acompañante, competencias para la comprensión de los cambios en las estructuras y funciones de los órganos reproductores en el período de gestación, parto y puerperio,



¿Qué es la Preparación para la Maternidad y Paternidad?

Nora **Becerra Navarro** - Sandra **Cotes Camacho**
Mónica **Gómez Barbosa** - Erika **Palacio Durán**

adquiriendo la capacidad de adaptarse y condicionar sus respuestas al proceso, con el propósito de aumentar la confianza en un proceso de gestación, parto y puerperio seguro, minimizar temores y factores de riesgo. Según García Carrasco [8], la mujer vive la maternidad como un proceso de continuo cambio y adaptación debido fundamentalmente a la actividad hormonal sobre las estructuras anatómicas, psicológicas y funcionales necesarias para el crecimiento y desarrollo del feto, con la subsecuente preparación para el parto, lactancia materna y adaptación al entorno en la gestación y el puerperio. Para Ramirez y Correa [9]; Marín Morales D y cols [10] los riesgos y complicaciones durante la gestación y el puerperio se disminuyen en la medida que se promueve una práctica regular de actividad física dirigida. Esta práctica amerita ser complementada con los buenos hábitos nutricionales y el aprendizaje de conductas saludables.

Derechos a la atención en salud

La gestante y su acompañante apropiarán los deberes y derechos en cuanto a la garantía de su acceso a la RIAS materno perinatal en igualdad de condiciones, así como a la protección de la integridad personal, teniendo en cuenta las necesidades relacionadas con la gestación, parto y puerperio.

El profesional responsable, en un marco ético, ilustrará sobre las acciones del cuidado de la salud dentro del



sistema, lo que incluye entre otros, el control del recién nacido y esquema de atención en la primera infancia; así mismo, abordará las causales de interrupción voluntaria del embarazo acorde con la Sentencia C-355 de 2006. Sobre esto, la Organización de Naciones Unidas declara que la atención prenatal a las mujeres embarazadas es catalogada como prioritaria, tanto para la salud de la gestante como la de su hijo por nacer [11]. Los resultados de un parto exitoso se convierten en indicadores de gran relevancia para determinar el nivel de vida de la población, calidad de los servicios de salud, ejercicio de los derechos sexuales y reproductivos y la equidad social en una comunidad.

Proceso de Parto

Este concepto implicará el desarrollo de competencias sobre la participación de la gestante y la familia en el parto. Estas competencias requieren de una sensibilización, en la que la gestante se entrena para asumir conscientemente los cambios y sensaciones corporales percibidas antes y durante el proceso para el logro de un parto exitoso. El trabajo de parto incluye tres fases: dilatación, expulsión y alumbramiento. En la dilatación, se presentan las contracciones hasta la “apertura” completa del cuello uterino. La fase de expulsión inicia con la dilatación completa y acaba en el momento en que el bebé sale al exterior y la fase de alumbramiento corresponde a la salida de la placenta. Austin y Leader [12], y Jadresic M. Enrique [13],



¿Qué es la Preparación para la Maternidad y Paternidad?

Nora **Becerra Navarro** - Sandra **Cotes Camacho**
Mónica **Gómez Barbosa** - Erika **Palacio Durán**

plantean que el parto es el inicio de la vida extrauterina, el cual representa un momento de gran importancia no solo desde el punto de vista médico, sino también psicosocial. En este contexto, el interés es por un parto exitoso desde el punto de vista médico, con una madre y un recién nacido sano.

Signos y Síntomas de Alarma

Estos eventos son interpretados por los profesionales como avisos de complicaciones en la gestación, por lo que es importante que la embarazada y su acompañante identifiquen los signos predictores de amenaza de aborto, placenta previa, pre-eclampsia, infecciones transmitidas por vectores, entre otras. Lo anterior, con el propósito de lograr un aprendizaje activo que les permita acceder a una atención especializada y oportuna dentro de la RIAS materno perinatal.

Según García-Regalado y Montañez-Vargas [14], los signos de alarma obstétrica están relacionados con los partos previos, así como con la educación y prevención de estos en las consultas prenatales; siendo importante su detección a través de los programas institucionales de educación de la gestante.

Lactancia Materna y Cuidados del Recién Nacido

Los profesionales realizarán el entrenamiento a la gestante sobre el cuidado del recién nacido partiendo de la



lactancia materna como eje del crecimiento y desarrollo del niño y fortalecimiento de la relación madre-hijo como vínculo afectivo de trascendencia.

Para la Organización Mundial de la Salud (OMS), la lactancia materna reduce la mortalidad infantil y tiene beneficios que llegan hasta la edad adulta, recomendando la lactancia materna exclusiva durante los seis primeros meses de vida y con alimentos complementarios al menos hasta los dos años. En Colombia, desde 1995 hasta 2005 se ha visto un incremento sostenido (11,3 a 14,9 meses) en la mediana de duración de la lactancia materna total y exclusiva [15].

En cuanto al cuidado del recién nacido, es importante el conocimiento por parte de la gestante sobre el sueño, la alimentación, la higiene y la prevención de accidentes. Según la Guía de Práctica Clínica del Recién Nacido Sano (Guía No. 02 de 2013 Ministerio de Salud y Protección Social de Colombia) es significativa la alimentación del recién nacido con lactancia materna para disminuir la incidencia de la mortalidad por EDA y por otras causas infecciosas [16]. En cuanto al sueño, Pearl Ben-Joseph [17] considera que este es un aspecto básico para el desarrollo del recién nacido, lo ideal es dormir 16 horas al día por períodos de dos a cuatro horas. Muchos bebés duermen toda la noche entre seis a ocho horas a los tres meses de edad, desarrollando sus propios patrones de sueño.



¿Qué es la Preparación para la Maternidad y Paternidad?

Nora **Becerra Navarro** - Sandra **Cotes Camacho**
Mónica **Gómez Barbosa** - Erika **Palacio Durán**

En lo referente a la higiene y prevención de accidentes en el recién nacido, la Guía No. 02 de 2013 Ministerio de Salud y Protección Social de Colombia establece la limpieza cuidadosa del muñón del cordón umbilical manteniéndolo seco hasta que se momifique y caiga (manejo seco) sin aplicar antisépticos o antibióticos tópicos. De igual manera es importante tener al recién nacido abrigado; bañarlo con agua a una temperatura de 36°C; limpiar los ojos, las orejas y la nariz; es necesario evitar el uso de cremas, aceites y talcos.

Cabe resaltar que la Ruta Integral para la Promoción y el Mantenimiento de la Salud (RPMS) dirigida a la Primera Infancia, que inicia desde los 7 días hasta los 5 años 11 meses 29 días, contempla educación que permite desarrollar y/o potenciar las capacidades para el cuidado de la salud en esta etapa de la vida.

Pautas de Crianza

La gestante y su núcleo familiar reciben el aprestamiento sobre los factores protectores y desarrolladores de la autoestima y ambientes generadores de autonomía, felicidad, creatividad y resiliencia. Sobre esto, Ramírez, M [18] y Cuervo M [19] plantean que en la crianza es fundamental la educación y orientación de los hijos en su interacción social en las etapas vividas durante el curso de la vida, teniendo en cuenta la disciplina, factores psicosociales, económicos y culturales de la dinámica familiar.



Derechos sexuales y Reproductivos

Favorece la toma de decisión responsable en cuanto a la sexualidad, la reproducción y planificación familiar. En lo referente, el Fondo de Población de las Naciones Unidas (UNFPA) promueve los derechos sexuales y reproductivos en todas las personas, con el propósito del pleno desarrollo sexual para una vida sana, en la cual, la pareja planifique el número de embarazos y tenga los cuidados necesarios para un parto sin riesgos [20].

Ejercicios Físicos

Posibilitan en la gestante una mejor condición física que favorece el manejo de los cambios propios de la gestación, preparación para el parto y la regresión activa durante el puerperio. Sobre esto, Salvesen et al [21] y Martín Laura [22] demostraron que el entrenamiento de la musculatura del piso pélvico disminuye el tiempo de la fase de expulsión del parto y favorece la restauración del tono muscular de la zona perineal en el puerperio. Los ejercicios circulatorios, de estiramiento, fortalecimiento y aeróbicos activan los sistemas corporales, inciden en el bienestar psicológico y permiten el mantenimiento de una buena postura durante la gestación.

Ejercicios de Respiración y Relajación

Son ejercicios de gran importancia para el momento del parto, impactando los indicadores materno perinatales;



¿Qué es la Preparación para la Maternidad y Paternidad?

Nora **Becerra Navarro** - Sandra **Cotes Camacho**
Mónica **Gómez Barbosa** - Erika **Palacio Durán**

así mismo, benefician la condición general de la mujer en el proceso de gestación y puerperio. Los ejercicios de respiración favorecen la relajación y el control de las tensiones en cada fase de la gestación y el trabajo de parto, como lo afirman Benvinda Nereu Bjorna [23] y Morales Alvarado et al. [24] en su publicación sobre Psicoprofilaxis Obstétrica.

¿Cómo se Organiza el curso?

Cada concepto básico se articula a través de una estrategia pedagógica diseñada en circuitos y estaciones para la cualificación de los profesionales de la salud en el curso de preparación para la maternidad y paternidad.

El curso de preparación para la maternidad y paternidad se ha organizado de la siguiente manera:

- Tres circuitos: educación, ejercicios físicos y entrenamiento para las fases del parto.
- Siete estaciones: 1ª estación antes de la semana 14 del embarazo. 2ª, 3ª y 4ª estación en el segundo trimestre de gestación. 5ª, 6ª y 7ª estación en el tercer trimestre del embarazo.

Circuitos

Circuito educativo

Este circuito lo realiza un equipo interdisciplinario conformado por enfermera (o), psicólogo (a), nutricionista,



fisioterapeuta, médico general y especialistas (ginecólogo y pediatra) quienes con un abordaje integral vigilan activamente factores de riesgo a los cuales se encuentran expuestas las gestantes.

Se implementa a través de estrategias didácticas creativas, lúdicas, participativas y grupales para lograr el desarrollo de capacidades sobre el cuidado de la salud en la gestante y su núcleo familiar mediante el abordaje de los siguientes temas:

- **Cambios físicos y psicológicos durante la gestación:** órganos reproductores femeninos, función en la gestación y parto, así como su regresión durante el puerperio. Cambios corporales resultado de la adaptación frente a la gestación, sentimientos generados por el cambio en la imagen corporal y temores propios de la gestación y el parto.

Esta jornada es liderada por profesionales de Fisioterapia y Psicología.

- **Derechos a la atención en salud para la gestante y los recién nacidos:** accesibilidad a los controles prenatales, control del recién nacido y esquema de atención en la primera infancia. Reconocimiento de las causales de la interrupción voluntaria del embarazo (acorde a la sentencia C-355 de 2006).



¿Qué es la Preparación para la Maternidad y Paternidad?

Nora **Becerra Navarro** - Sandra **Cotes Camacho**
Mónica **Gómez Barbosa** - Erika **Palacio Durán**

Esta jornada es liderada por profesionales de Enfermería.

- **Planeación del proceso de parto:** fases del parto (dilatación, expulsión y alumbramiento) mostrando el comportamiento de las estructuras anatómicas y rol del grupo familiar en cada etapa para un parto exitoso.

Esta jornada es liderada por profesional de Fisioterapia.

- **Signos y síntomas de alarma:** complicaciones que podrían presentarse durante la gestación, el parto y el puerperio, así como los signos y síntomas de alarma; riesgos y amenaza de aborto, placenta previa, pre-eclampsia, infecciones transmitidas por vectores y depresión post parto, entre otros.

Esta jornada es liderada por profesional de Medicina.

- **Lactancia materna y cuidados del recién nacido:** conceptos básicos y forma adecuada para lograr una lactancia materna exitosa, recalcando que esta fortalece el vínculo afectivo madre/hijo(a) y se constituye en factor protector de la salud del recién nacido. Esta preparación debe articularse a la protección de la buena postura de la madre al amamantar. Se indicarán los cuidados básicos cotidianos del recién nacido en relación con el sueño, la alimentación, la higiene y la prevención



Preparación para la maternidad y la paternidad

Curso en circuitos y estaciones interactivas para profesionales de la salud
RIAS Materno Perinatal

de accidentes. Enfatiza en la asistencia a los controles de crecimiento y desarrollo para aseguramiento de su salud.

Esta jornada estará liderada por profesionales de Enfermería y Fisioterapia.

- **Pautas de crianza:** orientaciones a la madre y núcleo familiar sobre el desarrollo cognitivo, comunicativo, socioafectivo y motriz del recién nacido enfatizando algunas pautas relacionadas con la autoestima, autonomía, movimiento, felicidad, creatividad y resiliencia, que favorezcan bienestar integral y proteja a los niños frente a situaciones como la violencia, las adicciones y abusos, entre otras.

Esta jornada estará liderada por profesionales de Psicología.

- **Derechos sexuales y reproductivos:** planificación familiar y alternativas de anticoncepción para favorecer la toma de decisión autónoma y responsable en cuanto a sexualidad y reproducción. Esta jornada es liderada por profesionales de Enfermería.

Circuito de Ejercicios Físicos

Este circuito es un entrenamiento práctico físico que implica activación de los sistemas corporales a través



¿Qué es la Preparación para la Maternidad y Paternidad?

Nora **Becerra Navarro** - Sandra **Cotes Camacho**
Mónica **Gómez Barbosa** - Erika **Palacio Durán**

del movimiento, dirigido con una intencionalidad de adaptación y formación de hábitos saludables para la mujer en su proceso de gestación. En esta estación son fundamentales:

Higiene Postural: propicia la conciencia del buen manejo de la espalda y la protección específica del dolor.



Estiramientos: mejoran la flexibilidad muscular especialmente en los aductores de la cadera, cuya extensibilidad es importante al momento de la fase de expulsión del parto.



Ejercicios para mejorar circulación: mejoran el retorno venoso, favoreciendo la oxigenación de todos los tejidos y previniendo el edema a nivel distal.



Preparación para la maternidad y la paternidad

Curso en circuitos y estaciones interactivas para profesionales de la salud
RIAS Materno Perinatal

Fortalecimiento de abdominales y pectorales: son estructuras anatómicas cuya tonicidad y fuerza se ven afectadas en el proceso de gestación debido a su elongación fisiológica, lo cual es compensado con la realización de estos ejercicios.



Fortalecimiento de piso pélvico: activa los músculos perineales (esfínter externo de la uretra, esfínter externo del ano, isquiocavernoso, bulboesponjoso, transverso superficial y profundo del periné, elevador del ano e isquiococígeo); estos ejercicios favorecen el control de esta musculatura al momento del parto y la pronta recuperación de su tonicidad en el puerperio.



¿Qué es la Preparación para la Maternidad y Paternidad?

Nora **Becerra Navarro** - Sandra **Cotes Camacho**
Mónica **Gómez Barbosa** - Erika **Palacio Durán**

Rumbaterapia y/o ejercicios aeróbicos de bajo impacto: mejoran la resistencia cardiorrespiratoria necesaria durante el trabajo de parto, donde existe una mayor demanda de oxígeno por parte de los tejidos corporales y por consiguiente una alta exigencia cardiopulmonar.



Complementariamente, y como parte de este circuito, la gestante realizará en casa una rutina, que además de reforzar algunos ejercicios de los manejados en las estaciones, incluirá caminatas, ejercicio aeróbico de bajo impacto, natación y/o bicicleta estática por un tiempo de 15 minutos, tres veces por semana progresando a un máximo de 30 minutos, cuatro veces a la semana, teniendo en cuenta para efectos de intensidad, un rango de “algo de dificultad”, según la escala de percepción de esfuerzo físico presentada por PARmed-X para embarazo [25].

- **Recomendaciones:** disminuir o suspender el ejercicio físico cuando no pueda mantener una



Preparación para la maternidad y la paternidad

Curso en circuitos y estaciones interactivas para profesionales de la salud
RIAS Materno Perinatal

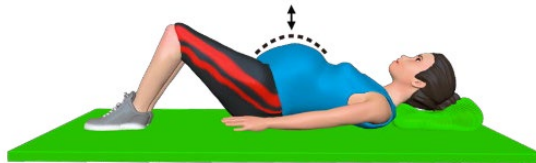
conversación mientras lo realiza (sensación de estar agitado). Evitar ejercicios en posición supina (boca arriba) por períodos prolongados de tiempo [25].

Circuito de Entrenamiento para las fases del parto

Este circuito corresponde al condicionamiento activo y consciente de la gestante para cada fase del parto. Este circuito combina respiración, relajación y activación muscular específica usando la simulación como estrategia de reaprendizaje. Incluye:

Ejercicios de respiración: tienen un efecto importante en la oxigenación de la madre y el bebé en cada fase del parto. Comprende la respiración diafragmática (profunda), jadeo y soplo (superficiales).

Ejercicios de relajación: complementan el trabajo de los ejercicios de respiración y favorecen el control de la gestante en todas las fases del trabajo de parto [23]



¿Qué es la Preparación para la Maternidad y Paternidad?

Nora **Becerra Navarro** - Sandra **Cotes Camacho**
Mónica **Gómez Barbosa** - Erika **Palacio Durán**

¿Cómo se desarrolla el curso?

El curso de preparación para la maternidad y paternidad se desarrolla en siete estaciones, en coherencia con lo establecido en la RIAS materno perinatal [1]. Estas estaciones se conciben como la integración de lo teórico y lo práctico generado en los circuitos, conectado lo subjetivo e intersubjetivo de la madre para un proceso de gestación, parto y puerperio exitoso, aplicando metodologías de trabajo activas y participativas.

Cada estación se organiza según el tiempo de gestación, de la siguiente manera:

- Primera estación se realiza antes de la semana 14 de gestación.
- Segunda, tercera y cuarta se efectúan en el segundo trimestre de gestación
- Quinta, sexta y séptima estación, se desarrollan en el tercer trimestre de gestación.

Tiempo de intervención: 90 minutos

Los circuitos operacionalizados en las estaciones se desarrollarán de forma rotatoria, de manera que una vez culmine la estación 7, se reiniciará el curso con la estación 1; esta mecánica garantizará que puedan ingresar gestantes permanentemente y en cualquier estación, asegurando el desarrollo del ciclo completo.



Preparación para la maternidad y la paternidad

Curso en circuitos y estaciones interactivas para profesionales de la salud
RIAS Materno Perinatal

Período de transición: corresponde al tiempo proyectado para la inclusión de todas las gestantes en el curso según lo indica la RIAS materno perinatal. Esto se dará en la medida que todos los integrantes del Sistema respondan a lo requerido por el Ministerio de Salud y Protección Social en la RIAS y se generalice la cultura de iniciar el curso antes de la semana 14. En respuesta a lo anterior, durante este período se organizarán dos grupos:

- **Grupo Regular:** al que ingresa la gestante aproximadamente en la semana 10, cumpliendo las estaciones según lo descrito.
- **Grupo de transición:** al que ingresan las gestantes que se presenten en segundo o tercer trimestre de gestación, realizando las siete estaciones con una mayor frecuencia, se sugieren entre tres y cuatro estaciones por mes.

Tiempo de cada estación

- 15 minutos para la valoración o revaloración por parte del equipo interdisciplinario.
- 45 minutos para actividades del circuito educativo.
- 30 minutos para la realización de las actividades del circuito de ejercicios físicos y de entrenamiento para las fases del parto.



ESTACIÓN 1

- **Valoración:** anamnesis a la gestante, toma de peso, presión arterial, pulso y frecuencia respiratoria.
- **Actividades circuito educativo:** se abordan los cambios físicos y psicológicos durante la gestación.

Responsables, profesionales de Fisioterapia y Psicología.

- **Actividades circuito de ejercicios físicos:** se trabaja higiene postural con el profesional de Fisioterapia.
- **Actividades circuito de entrenamiento para las fases del parto:** respiración diafragmática (profunda). Fisioterapia.

ESTACIÓN 2

- **Valoración:** se realiza la toma peso, presión arterial, pulso y frecuencia respiratoria.
- **Actividades circuito educativo:** se abordan derechos a la atención en salud para la gestante y el recién nacido.

Responsable, profesional de Enfermería.

- **Actividades circuito de ejercicios físicos:** estiramientos, ejercicios para mejorar circulación y rumbaterapia con el profesional de Fisioterapia.



- **Actividades circuito de entrenamiento para las fases del parto:** ejercicios de respiración tipo jadeo (superficial). Fisioterapia.

ESTACIÓN 3

- **Valoración:** se realiza la toma peso, presión arterial, pulso y frecuencia respiratoria.
- **Actividades circuito educativo:** se trabaja la planeación del proceso de parto con el profesional de Fisioterapia.
- **Actividades circuito de ejercicios físicos:** fortalecimiento de abdominales, pectorales y piso pélvico. Fisioterapia
- **Actividades circuito de entrenamiento para las fases del parto:** ejercicios de respiración tipo soplo (superficial). Realizados con profesional de Fisioterapia.

ESTACIÓN 4

- **Valoración:** se realiza la toma de peso, presión arterial, pulso y frecuencia respiratoria.
- **Actividades circuito educativo:** se trabajan signos y síntomas de alarma con el profesional de Medicina.



¿Qué es la Preparación para la Maternidad y Paternidad?

Nora **Becerra Navarro** - Sandra **Cotes Camacho**
Mónica **Gómez Barbosa** - Erika **Palacio Durán**

- **Actividades circuito de ejercicios físicos:** rumbate-rapia con el profesional de Fisioterapia.
- **Actividades circuito de entrenamiento para las fases del parto:** simulación de contracciones. A cargo del profesional de Fisioterapia.

ESTACIÓN 5

- **Valoración:** Se realiza la toma de peso, presión arterial, pulso y frecuencia respiratoria.
- **Actividades circuito educativo:** se capacita en lactancia materna y cuidados del recién nacido.

Responsable profesionales de Enfermería y Fisioterapia.

- **Actividades circuito de ejercicios físicos:** fortalecimiento de abdominales y periné, estiramiento de aductores mientras se practican posiciones que favorecen el parto.

Responsable profesional de Fisioterapia.

- **Actividades circuito de entrenamiento para las fases del parto:** se realizan ejercicios de relajación y de respiración con el profesional de Fisioterapia.

ESTACIÓN 6

- **Valoración:** Se realiza la toma de peso, presión arterial, pulso y frecuencia respiratoria.



- **Actividades circuito educativo:** se capacita en pautas de crianza con el profesional de Psicología.
- **Actividades circuito de ejercicios físicos:** ejercicios de estiramiento y ejercicios para mejorar circulación, fortalecimiento de abdominales, de pectorales y control de piso pélvico con profesionales de Fisioterapia.
- **Actividades circuito de entrenamiento para las fases del parto:** simulación de contracciones. Fisioterapia.

ESTACIÓN 7

- **Valoración:** se realiza la toma de peso, presión arterial, pulso y frecuencia respiratoria.
- **Actividades del circuito educativo:** capacitación en derechos sexuales y reproductivos.

Responsable profesionales de Enfermería.

- **Actividades circuito de ejercicios físicos:** fortalecimiento de piso pélvico, abdominales, pectorales y ejercicios para mejorar circulación. Profesional de Fisioterapia.
- **Actividades circuito de entrenamiento para las fases del parto:** simulación de las fases del parto incluido el pujo. Profesionales de Fisioterapia.



¿Qué es la Preparación para la Maternidad y Paternidad?

Nora **Becerra Navarro** - Sandra **Cotes Camacho**
Mónica **Gómez Barbosa** - Erika **Palacio Durán**

¿Cuál es la Dinámica del curso?

El curso de preparación para la maternidad y paternidad, estará abierto continuamente, con admisión permanente que garantice la cobertura y adherencia de las gestantes y su núcleo familiar.

La gestante firmará el consentimiento informado [26] con el aval del médico tratante para la realización del ejercicio físico (anexo A); se diligenciará al inicio, la ficha de ingreso y seguimiento (anexo B); el líder del curso registrará la asistencia para control de la participación de las gestantes (Anexo C) y verificará en cada estación el trabajo en casa (Anexo D); cuando alguna gestante manifieste signos o síntomas de alarma, gestionará el formato de remisión a interconsulta (Anexo E); y para evaluar el impacto del curso, aplicará la encuesta de Impacto del Curso de Preparación para la Maternidad y Paternidad (Anexo F).

Referencias bibliográficas

1. Ministerio de Salud y Protección Social. Resolución 3280 de Agosto de 2018 por medio de la cual se adoptan los lineamientos técnicos y operativos de la Ruta Integral de Atención para la Promoción y Mantenimiento de la Salud y la Ruta de Atención Integral en Salud para la población materno perinatal y se establecen las directrices para su operación.



Preparación para la maternidad y la paternidad

Curso en circuitos y estaciones interactivas para profesionales de la salud
RIAS Materno Perinatal

2. Gobierno de Colombia. Análisis de Situación de Salud (ASIS) Colombia, 2017. Dirección de Epidemiología y Demografía. Bogotá, mayo de 2018. Ministerio de Salud y Protección Social.
3. Instituto Nacional de Salud. Boletín Epidemiológico Semanal, Semana Epidemiológica. Recuperado de <https://www.ins.gov.co/buscador-eventos/BoletinEpidemiologico/2019%20Bolet%C3%ADn%20epidemiol%C3%B3gico%20semana%2012.pdf>.
4. Ministerio de Salud y Protección Social. Resolución 429 de 17 de febrero de 2016, por medio de la cual se adopta la Política de Atención Integral en Salud. Bogotá.
5. Ministerio de Salud y Protección Social. Resolución 2626 de 27 de septiembre de 2019, por la cual se modifica la Política de Atención Integral en Salud -PAIS y se adopta el Modelo de Acción Integral Territorial MAITE. Bogotá.
6. Ministerio de Salud y Protección Social. Resolución 003202 de 25 de julio 2016, Por la cual se adopta el Manual Metodológico para la elaboración e implementación de las Rutas Integrales de Atención en Salud - RIAS, se adopta un grupo de Rutas Integrales de Atención en Salud desarrolladas por el Ministerio de Salud y Protección Social dentro de la Política de Atención Integral en Salud - PAIS y se dictan otras disposiciones. Bogotá.



¿Qué es la Preparación para la Maternidad y Paternidad?

Nora **Becerra Navarro** - Sandra **Cofes Camacho**
Mónica **Gómez Barbosa** - Erika **Palacio Durán**

7. Gómez Barbosa, M., Palacio Durán, E., Mendoza Guerra, J.M. & Mendinueta, M. (2020). Sistema escenarios de aprendizajes creativos: Circuitos y estaciones didácticas como estrategia humanizada para la Educación Superior. Barranquilla: Universidad Simón Bolívar.
8. García Carrasco, E. La fisioterapia en el embarazo. Unidad académica Facultad de Medicina. Benemérita Universidad Autónoma de Puebla. Noviembre 2013. Recuperado de <http://scielo.isciii.es/pdf/clinsa/v24n2/original3.pdf>.
9. Ramírez Vélez, R. CORREA Bautista, J. E. Resultados Maternos y Fetales de la Actividad Física durante el Embarazo. Bogotá. Universidad del Rosario, Escuela de Medicina y Ciencias de la Salud. 2015. 156p.
10. Marín Morales D, Bullones Rodríguez M^a A, Carmona Monge F J, Carretero Abellán M^a I, Moreno Moure M^a A, Peñacoba Puente C. Influencia de los factores psicológicos en el embarazo, parto y puerperio. Un estudio longitudinal. NURE Investigación (Revista en Internet). 2008; (37). Recuperado de http://www.nureinvestigacion.es/FICHEROS_ADMINISTRADOR/INV_NURE/proyemb37210200893951.pdf.
11. Organización de Naciones Unidas. Centro de información. Pacto Internacional de Derechos Económicos, Sociales y Culturales. Recuperado de <https://www.ohchr.org/sp/professionalinterest/pages/cescr.aspx>



Preparación para la maternidad y la paternidad

Curso en circuitos y estaciones interactivas para profesionales de la salud
RIAS Materno Perinatal

12. Austin MP & Leader L. (2000). Maternal stress and obstetric and infant outcomes: epidemiological findings and neuroendocrine mechanisms. *The Australian & New Zealand journal of obstetrics & gynaecology* 40, 331-337.
13. Jadresic M Enrique. Artículo de Revisión. Depresión en el embarazo y el puerperio. *Revista Chilena de Neuro-Psiquiatría*. v.48 n.4 Santiago dic. 2010. Recuperado de <http://dx.doi.org/10.4067/S0717-92272010000500003>
14. Garcia Regalado, J. F. Montañez Vargas, M. I. Signos y síntomas de alarma obstétrica. *Rev Med Inst Mex Seguro Soc* 2012; 50 (6): 651-657. Recuperado de <https://www.medigraphic.com/pdfs/imss/im-2012/im126l.pdf>
15. Organización Mundial de la Salud (OMS). Informe sobre la salud en el mundo 2005 - ¡Cada madre y cada niño contarán! Ginebra: OMS; 2005.
16. Fonseca Zárate, C. Arias Pulgarín, P. M. Cuesta Simanca, A. Guía de Práctica Clínica del Recién Nacido Sano. Sistema General de Seguridad Social en Salud Colombia, Centro Nacional de Investigación en Evidencia y Tecnologías en Salud CINETS Guía para profesionales de la salud 2013 - Guía No. 02. Recuperado de https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/INEC/IETS/GPC_Prof_Sal_RNSano.pdf



¿Qué es la Preparación para la Maternidad y Paternidad?

Nora **Becerra Navarro** - Sandra **Cofes Camacho**
Mónica **Gómez Barbosa** - Erika **Palacio Durán**

17. Ben-Joseph, E. P. MD. En Bebés y más | Cuidados del recién nacido, once mejores consejos para el cuidado del recién nacido. Preguntas más frecuentes sobre lactancia materna y el sueño. 2018 Recuperado de <https://kidshealth.org/es/parents/guide-parents-esp.html>
18. Ramírez María Aurelia. Ensayo Padres y desarrollo de los hijos: prácticas de crianza. Estudios Pedagógicos XXXI, N° 2: 167-177, Universidad de Granada 2005. Recuperado de <https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?pid=s0718-07052005000200011>
19. Cuervo Martínez Á. Pautas de crianza y desarrollo socio afectivo en la infancia. Revista Diversitas perspectivas en psicología. Vol. 6, No 1, 2010
20. El Fondo de Población de las Naciones Unidas, UNFPA. Enero de 2018. Recuperado de <https://www.unfpa.org/es/acerca-del-unfpa>.
21. Salvesen, KA. Randomised controlled trial of pelvic floor muscle training during pregnancy. BMJ 2004. Aug 14;329(7462):378-80. Epub 2004 Jul 14. Recuperado de <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/15253920>
22. Martín, L. Área de la mujer embarazada: suelo pélvico. Premium Madrid Global Health Care. (2013). Recuperado de <https://rehabilitacionpremium-madrid.com/blog/laura-martin/posturas-o-posiciones-para-el-parto/>



Preparación para la maternidad y la paternidad

Curso en circuitos y estaciones interactivas para profesionales de la salud
RIAS Materno Perinatal

23. Benvinda Nereu, B. Neves de Jesusa, S. Casado Morales, I. Estrategias de relajación durante el período de gestación: Beneficios para la salud. Clínica y Salud. Madrid. (2013).
24. Morales Alvarado, S. Guibovich Mesinas, A. Yábar Peña, M. Artículo de revisión Psicoprofilaxis Obstétrica: Actualización, definiciones y conceptos. Horiz Med 2014. Recuperado de <http://www.scielo.org.pe/pdf/hm/v14n4/a10v14n4.pdf>
25. Government of Canadá. The Sensible Guide to a Healthy Pregnancy. Published by authority of the Minister of Health. (2012). Recuperado de <http://www.phac-aspc.gc.ca/hp-gs/guide/assets/pdf/hpguide-eng.pdf>.
26. Sector Fitness European Academy. PARmed-X para embarazo. Adaptación al Español. (2012) Recuperado de <http://www.santiliebana.com/wp-content/uploads/PARmedX-Espa%C3%B1ol.pdf>



ANEXOS

ANEXO A. CONSENTIMIENTO INFORMADO

CURSO DE PREPARACION PARA LA MATERNIDAD Y PATERNIDAD

CONSENTIMIENTO INFORMADO MÉDICO

PARmed-X para el Embarazo

Estado previo a la realización de Actividad Física
 Examen médico

C CONTRAINDICACIONES AL EJERCICIO: Debe ser relleno por su especialista médico/ginecólogo.	
Contraindicaciones absolutas	Contraindicaciones relativas
La paciente tiene (SI/NO):	La paciente tiene (SI/NO):
<ol style="list-style-type: none"> 1. Ruptura de membranas prematura? 2. Sangrado de la placenta previa y persistente? 3. Hipertensión inducida o pre-eclampsia? 4. Distorsión del cuello uterino? 5. Restricción de flujo sanguíneo intrauterino? 6. Embarazo múltiple (trillizos o más)? 7. Diabetes Tipo 1 no controlada, hipertensión o disfunción tiroidea, otros problemas cardiovasculares, respiratorios e incluso sistémicos? 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Antecedentes de aborto o parto espontáneo en embarazos previos? 2. Problemas crónicos o leve (hipertensión/sana)? de tipo moderado o leve (hipertensión/sana)? 3. Anemia o falta de hierro? 4. Malnutrición o desorden alimenticio? 5. Embarazo de gemelos de más de 28 semanas? 6. Algún otro factor significativo?
<p><small>Nota: Si luego de alguno de estos factores puede ser mayor a los beneficios de la Actividad Física, la decisión de realizar algún plan de entrenamiento debe ser con la aprobación o cesación de un especialista.</small></p>	
RECOMENDACIÓN ACTIVIDAD FÍSICA:	Aprobada? Contraindicada?

CONSENTIMIENTO INFORMADO GESTANTE

PARmedX para el embarazo – Formulario de Evaluación de Salud	
(debe ser completado por un profesional de entrenamiento prenatal además de recibir autorización médica para la práctica de ejercicio)	
Yo, _____ (nombre de la paciente), he comentado mi plan de Actividad Física durante mi embarazo actual con mi especialista médico y tengo su aprobación para la realización del mismo.	
Firmado: _____ (Firma de la embarazada)	Fecha: _____
Nombre del médico: _____	OBSERVACIONES DEL ESPECIALISTA:
Dirección: _____	
Teléfono: _____	



Preparación para la maternidad y la paternidad

Curso en circuitos y estaciones interactivas para profesionales de la salud
RIAS Materno Perinatal

ANEXO B. FICHA DE INGRESO Y SEGUIMIENTO

CURSO DE PREPARACIÓN PARA LA MATERNIDAD Y LA PATERNIDAD
 FICHA DE INGRESO Y SEGUIMIENTO

FECHA: _____ NOMBRE Y APELLIDO: _____ DOC. IDENTIDAD _____
 CELULARES: _____ BARRIO _____
 FECHA DE NACIMIENTO: _____ ESTADO CIVIL: _____ OCUPACIÓN: _____
 PRIMO O MULTIGESTANTE: _____ DETERMINE: G ____ P ____ C ____ A ____
 TIEMPO DE GESTACIÓN ACTUAL: _____ FECHA PROBABLE DE PARTO: _____
 ANTECEDENTES FAMILIARES: _____
 ANTECEDENTES PERSONALES: _____
 MÉDICO TRATANTE: _____ VISTO BUENO MÉDICO _____ CONTROLES PRENATALES: _____
 PESO ANTES DE EMBARAZO: _____ PESO ACTUAL: _____ PRESIÓN ARTERIAL _____
 ALGUNA COMPLICACIÓN A LA FECHA: _____

FIRMA DE GESTANTE: _____ 

SESIÓN	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
FECHA												
PESO												
PRESIÓN ARTERIAL												
FRECUENCIA RESP.												
PULSO												
EDUCACIÓN												
HIGIENE POSTURAL												
ESTRUMENTOS												
FORTALECIMIENTOS												
RUMBATERAPIA												
RESPIRACIONES												
RELAXACIÓN												
CONTRACCIONES Y PUJO												
INICIALES TERAPISTA												

OBSERVACIÓN: _____



ANEXO D. CONTROL DE TRABAJO EN CASA

Programa de Ejercicios dirigido a la Materna Seguimiento a las Actividades Independientes

Nombre: _____

Documento de identificación: _____

No.	Actividad	Prescripción	Realicé la Actividad	No realicé Actividad
1	Caminatas Suaves	3 veces/Semana 30 minutos		
2	Fortalecimiento Abdominales	3 veces/Semana 3 series de 10		
3	Fortalecimiento Pectorales	3 veces/Semana 3 series de 10		
4	Fortalecimiento Piso Pélvico	3 veces/Semana 3 series de 10		
5	Estriramientos y Circulatorios	1 vez/semana		
6	Rumbaterapia	1 vez/Semana		
7	Respiración Diafragmática	5 veces/Semana		
8	Respiración Jadeo y Sople	1 vez/Semana		
9	Relajación	1 vez/Semana		
10				

Observaciones: _____



ANEXO E. REMISIÓN A INTERCONSULTA

REMISIÓN

CURSO DE PREPARACIÓN PARA LA MATERNIDAD Y

PATERNIDAD

FECHA: _____ **HORA:** _____

NOMBRE: _____

IDENTIFICACIÓN: _____

MOTIVO DE REMISIÓN: _____

RECIBE: _____



Preparación para la maternidad y la paternidad

Curso en circuitos y estaciones interactivas para profesionales de la salud
RIAS Materno Perinatal

ANEXO F. ENCUESTA DE IMPACTO

CURSO DE PREPARACIÓN PARA LA MATERNIDAD Y PATERNIDAD ENCUESTA PARA MEDICIÓN DE IMPACTO

La información aquí consignada será utilizada para medir el impacto de la participación de las maternas en el Curso de Preparación para la Maternidad y la Paternidad; los datos obtenidos serán manejados con estricta confidencialidad. Muchas gracias.

Nombre de la Materna o Acudiente: _____ Documento de Identidad: _____

Fecha de Nacimiento del bebé: _____

1. Número de sesiones del Curso a las que asistió la matema:

1 _____ 2 _____ 3 _____ 4 _____ 5 _____ 6 _____ 7 _____ Más de 7 _____

2. El nacimiento del bebé fue por:

Via Vaginal _____

Cesárea _____ Razón por la que fue requerida _____

3. Con respecto al dolor, su parto fue:

Muy doloroso (Insoponible) _____

Doloroso (Fuerte) _____

Dolor Tolerable (Moderado) _____

No doloroso (Ausente) _____

4. Manejó el Dolor durante el Parto SI _____ NO _____

5. El bebé al nacer fue prematuro SI _____ NO _____

6. El bebé al nacer presentó algún problema SI _____ NO _____

Si su respuesta fue afirmativa ¿Cuál fue el problema? _____

7. La alimentación de su bebé hasta la fecha fue

Solo lactancia materna _____

Tetero _____

Las dos (2) Anteriores _____

8. Actualmente está utilizando algún método de planificación familiar SI _____ NO _____

9. Si su respuesta fue afirmativa ¿Cuál método está utilizando? _____

10. ¿Cree usted, que obtuvo algún beneficio para su salud y la de su bebé por haber participado en el Curso de Preparación para la Maternidad y la Paternidad? ¿Cuál? _____

Encuestador: _____

Fecha de Aplicación de la Encuesta _____

