

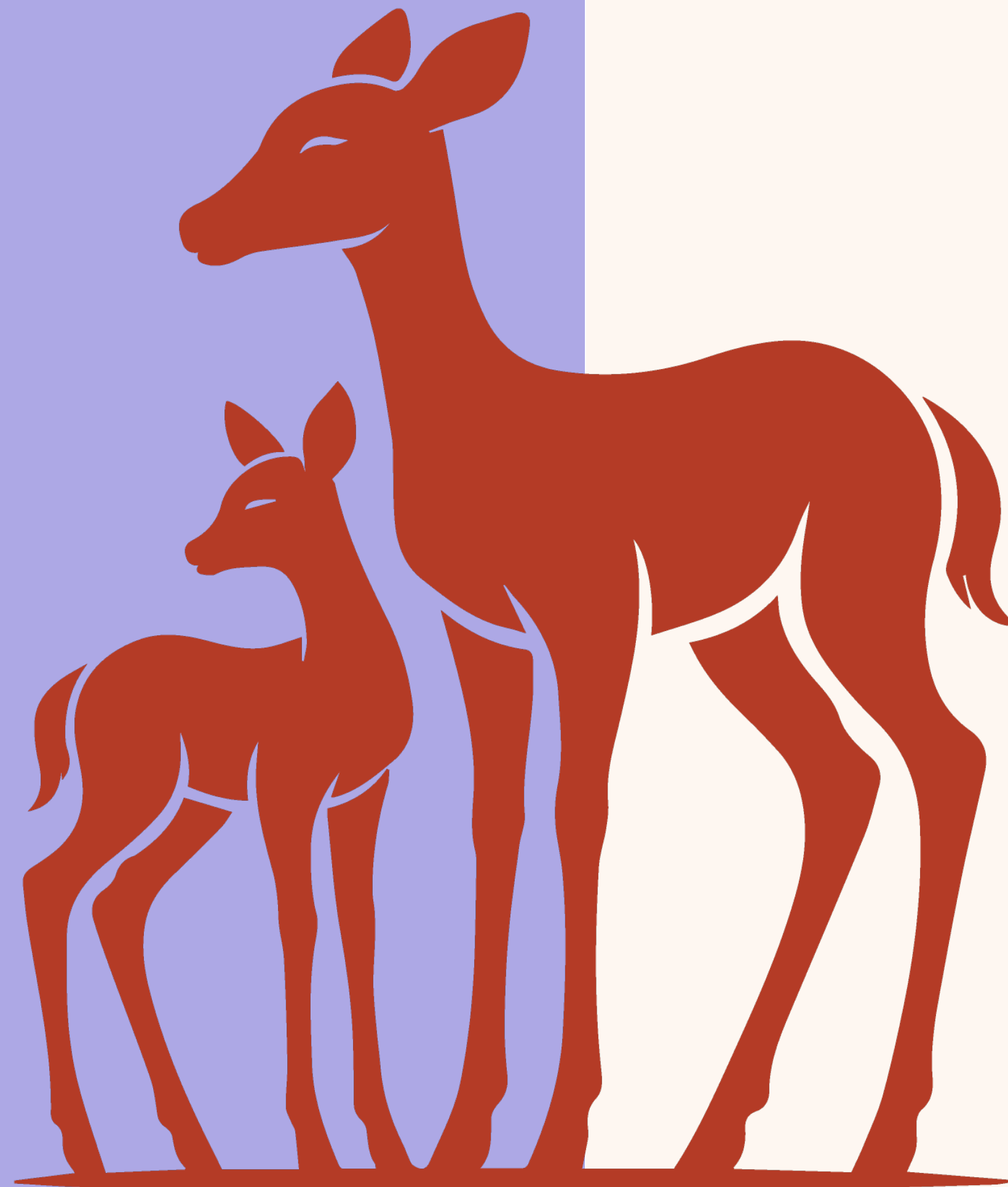


Curso integral de preparación al parto
3 sábados presenciales en Cassatt

¿Qué es este curso?

Este curso sabatino está diseñado para quienes ya se encuentran en las últimas semanas de embarazo y quieren una preparación completa, pero distribuida en tres fines de semana, sin saturarse de información en un solo día.

El enfoque combina información basada en evidencia, conciencia corporal y sostén emocional, para que llegues al nacimiento con más claridad, recursos y confianza.



Modalidad y a quién va dirigido

- Modalidad: presencial, en Cassatt.
- Dirigido a: mujeres embarazadas de 34 a 36 semanas de gestación y sus acompañantes (pareja, familiar o persona de confianza).
- Formato sabatino:
 - 3 sábados consecutivos
 - 3 sesiones de 2 horas cada una

Es ideal si estás cerca de tu fecha probable de parto y quieres integrar información clave sobre el nacimiento, el recién nacido, el posparto y la lactancia en un formato ligero y progresivo.

¿Qué te llevas?

- 1** Más claridad sobre lo que ocurre en tu cuerpo al final del embarazo.
- 2** Herramientas prácticas para el trabajo de parto.
- 3** Información útil para cuidar a tu bebé y tu posparto.

- 4** Más confianza para tomar decisiones informadas.

Inversión total

\$3,600 MXN por embarazo
(incluye a la embarazada y su acompañante).





*Contenidos
por sábado*

Sábado 1

Embarazo, autocuidado y opciones de nacimiento

Temas centrales:

- Psicoprofilaxis perinatal: miedo, confianza y oxitocina.
- Cambios del cuerpo y autocuidado consciente.
- Conciencia corporal y piso pélvico.
- Opciones de nacimiento: parto vaginal, cesárea, parto en agua y VBAC.
- Rol del acompañante y la doula.

Cierre: Meditación final

Sábado 2

Parto, cesárea y trabajo de parto

Temas centrales:

- Parto vs. cesárea: cuándo cada vía tiene sentido.
- Cerebro primitivo, intimidad y seguridad en el parto.
- Cascada de intervenciones y violencia obstétrica.
- Contracciones, fases del trabajo de parto y movimientos del bebé.
- Medidas de confort: posturas, respiración y movimiento.

Cierre: Meditación guiada y preguntas

Sábado 3

Recién nacido, posparto y lactancia

Temas centrales:

- Plan de parto, derechos y hora dorada.
- Recién nacido normal y cuidados básicos.
- Puerperio real y salud mental posparto.
- Red de apoyo y organización del descanso materno.
- Lactancia: producción, señales de hambre, brotes y rol del acompañante.

Cierre: meditación final y cierre del curso



Reprogramemos:

Algunas frases nuevas que si ayudan en el parto podrían ser:

Puedo con una contracción a la vez	Cada contracción me acerca más a mi bebé	Todas mis emociones son válidas
Mi cuerpo es poderoso	Tengo derecho a ser respetada y cuidada	Mi cuerpo es capaz de crear vida

"No venimos a borrar el pasado, venimos a elegir desde el presente"

Facilitadoras

El curso está impartido por un equipo con experiencia clínica y en acompañamiento perinatal:

María Preciado

Licenciada en Enfermería, doula con especialidad en parto en agua y parto humanizado, y educadora perinatal certificada por Lamaze y ANCAR.

Daniela González

Técnico profesional en Citología e Histología, doula, consejera de lactancia y educadora perinatal certificada por Lamaze y ANCAR.



Si deseas más información sobre fechas, horarios y forma de pago, puedes ponerte en contacto con el equipo de Cassatt para recibir todos los detalles y reservar tu lugar.

