

NACER SABIAMENTE®

FORMACIÓN

GESTIÓN MENTAL DEL DOLOR APLICADA AL PARTO Y SU PREPARACIÓN

NAVARRA
25 NOVIEMBRE

IMPARTE
Alejandro Ojeda
Pérez



ANAMA

ASOCIACIÓN NAVARRA DE MATRONAS
NAFARROAKO EMAGINEN ELKARTEA



www.nacersabiamente.com



ALEJANDRO
OJEDA
COMADRÓN



NACER
SABIA
MENTE

PORQUE TÚ Y TU COMUNICACIÓN SOIS LA HERRAMIENTA MÁS IMPORTANTE. PORQUE QUIERES SER TU MEJOR VERSIÓN. PORQUE PUEDES MARCAR LA DIFERENCIA.

La herramienta más importante que tenemos como seres sociales que somos, y sobre todo como profesionales de la salud, es nuestra comunicación. Aún más si cabe durante el proceso del embarazo y el parto.

Influimos para bien o para mal, queramos o no queramos, sin embargo ¿Quién nos ha enseñado a comunicarnos de la manera adecuada? Esta es la información imprescindible que nunca hemos recibido.

PROGRAMA

❖ **El por qué : aprendiendo sobre la importancia de la mente y la comunicación**

- ❖ Dolor: definición y teorías
- ❖ Alivio psicológico del dolor
- ❖ Dolor en el parto: funciones y condicionantes

❖ **El qué: lo que se puede hacer para gestionar el dolor**

- ❖ Reencuadrando el concepto de “dolor en el parto”
- ❖ Gestión y afrontamiento del dolor en el parto
- ❖ Estrategias para el alivio del dolor en la preparación al parto

❖ **El cómo: utilizar nuestra comunicación para facilitar el proceso**

- ❖ Estrategias comunicativas para facilitar la gestión del dolor
- ❖ Puesta en práctica: activación de la respuesta neurofisiológica adecuada
- ❖ Puesta en práctica: nos comunicamos para lograr el alivio del dolor

HORARIO

- ❖ 9:00h a 14:00h
- ❖ 15:30h a 18:30h

PRECIO

- ❖ Asociadas ANAMA y socias FAME: 64€
- ❖ NO asociadas: 80€

LOCALIZACIÓN

- ❖ Colegio Oficial de Enfermería de Navarra.

INSCRIPCIÓN

- ❖ <http://matronasdenavarra.com/formulario-de-inscripcion-a-formacion/>.

Curso acreditado por la Comisión de Formación Continuada del Sistema Nacional de Salud