

Otros servicios:

- Educación sanitaria y talleres en planificación familiar, sexualidad en la adolescencia, menopausia, suelo pélvico, atención urgente al parto extrahospitalario...
- Servicios de canguro por horas.
- Clases particulares a niños con necesidades especiales.
- Conexión y derivación con servicio de logopedia y terapia ocupacional.
- Venta de productos para el bebé y la crianza hechos a manos y personalizados a tu gusto.

Regala "Mamá mimada"

Disponemos de tarjetas regalo para todas nuestras consultas y packs. Ponte en contacto con nosotras e infórmate.



Si estás sola, sin apoyo familiar, eres primeriza, tu bebé está en una situación especial (gemelos, prematuros) o necesitas apoyo sin más en una etapa tan importante como el puerperio, llámanos, queremos ayudarte.



www.mama-mimada.es
mamamimada@hotmail.es
686193611

Mamá mimada

Tu Matrona a domicilio en Ciudad Real

www.mama-mimada.com



Somos un grupo de matronas, profesionales universitarias en salud materno infantil, con experiencia en la atención domiciliaria posparto.

Ofrecemos una atención personalizada y de calidad a la mujer en todo su proceso de embarazo, parto y puerperio en su propio domicilio.

De todo el proceso consideramos el puerperio la etapa más difícil y en la que se necesita un apoyo emocional constante y sin fisuras.

Por ello te ofrecemos nuestros servicios y esperamos hacerte la vida un poco más fácil con nuestros cuidados y contribuir a vuestra felicidad con nuestra compañía.



Consulta de embarazo:

- Exploración física de la embarazada.
- Auscultación del latido fetal.
- Educación sanitaria sobre cuidados, cambios, sexualidad, masaje perineal, entrenamiento del suelo pélvico.
- Introducción a la lactancia materna.
- Entrega de canastilla de regalo
- Incluye contacto telefónico u online hasta el parto



Preparación maternal (individual o en grupos)

- Constituidas por cuatro o seis sesiones de 2 horas de duración en horario adaptado a tus necesidades o incluso en fines de semana. (no se recomienda más de 2 sesiones semanales)
- Con contenidos teóricos y prácticos:
 - Cambios físicos, emocionales y en la sexualidad durante el embarazo.
 - Parto normal humanizado. Opciones de parto en nuestra provincia. Técnicas de relajación y respiración. Métodos analgésicos no farmacológicos.
 - Puerperio. Recuperación física y cambios psíquicos. Problemas de los primeros días.
 - Lactancia Materna. Fisiología de la lactancia, lactancia a demanda. Cuidados del pecho. Posibles complicaciones y como solventarlas.
 - Cuidados del recién nacido: cura del cordón, cambio de pañal, deposiciones, baño, piel.
 - Realización de la canastilla. Registro del bebé y búsqueda de pediatra.
 - Entrenamiento psicofísico: Ejercicios de flexibilidad, circulatorios, estiramientos, liberación de cadera...



- Entrega de canastilla de regalo.
- Contacto telefónico u online hasta el parto para solventar dudas.

Visitas postparto:

Disponemos de visitas puntuales o pack de 4 visitas de 2 horas de duración a repartir como a ti te convenga (en la primera semana, primer mes, tras la baja paternal...)

- Llevaremos a cabo una exploración física: revisión de periné, heridas (si las hubiera), estado del pecho, sangrado, tensión arterial. Información sobre autocuidados.
- Evaluaremos el estado emocional y adaptación a la nueva situación de la madre así como los apoyos familiares.
- Reforzaremos tus conocimientos sobre cuidados del recién nacido o incluso los realizaremos nosotras mismas para ser aprendidos con más facilidad (primer baño, cura de cordón)
- Revisaremos la toma del lactante, posición al pecho, horario a demanda, evolución del peso. Solventaremos tus dudas e inseguridades sobre lactancia.
- Llevaremos a cabo un seguimiento de la madre y el bebé en esos primeros días y solucionaremos problemas que puedan surgir como grietas, ingurgitación mamaria, prevención de infecciones en el cordón...

Te daremos información complementaria como: masajes anticólicos, masaje infantil, medidas antireflujo, masaje perineal para tratamiento de cicatrices, extracción y conservación de leche, alimentación complementaria, reanudación de sexualidad, ejercicios de suelo pélvico, anticoncepción, prevención de accidentes.

El pack incluye atención telefónica u online los primeros 3 meses postparto. También te ofrecemos atención continuada en momentos puntuales como el primer día en casa o atención urgente.