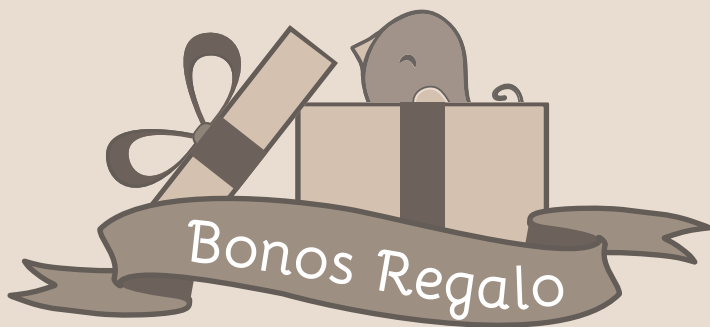




- PREPARACIÓN AL PARTO •
- ATENCIÓN POSTPARTO •
- ASESORÍA EN LACTANCIA •
- VISITAS A DOMICILIO •

Y si buscas un regalo útil y original:



608 762 233

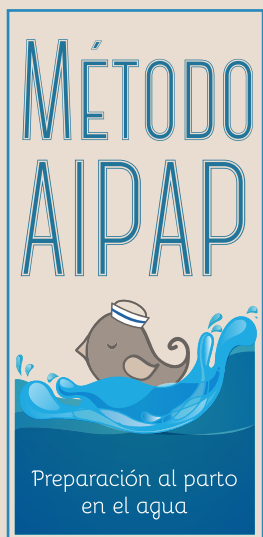


info@matronasasturias.com



www.acompañando.es

CONOCE UNA NUEVA MANERA DE PREPARAR TU PARTO



¿QUÉ ES EL MÉTODO AIPAP?

Programa de ejercicios en el agua impartido por matronas en el que se trabaja todos los músculos, ligamentos y tendones que intervienen en los movimientos y posturas que facilitan el parto natural.

120 ejercicios, divididos en sesiones de 50 minutos diseñadas para la mejora de un aspecto específico del trabajo de parto: capacidad aeróbica, elasticidad, fuerza o coordinación respiratoria.

¿CUÁLES SON SUS RESULTADOS?

Prepara tu pelvis facilitando el parto normal. Disminuye la probabilidad de tener un parto instrumental o cesárea.

¿POR QUÉ EN EL AGUA?

El motivo de utilizar el agua es que, al trabajar en ingravidez, disminuye el riesgo de lesiones, relaja los ligamentos, con lo que se consigue más elasticidad, aumenta la resistencia al movimiento sin aumentar la sensación de cansancio y permite una libertad de movimientos que la mujer no puede adoptar en tierra firme.

Curso realizado en las mejores instalaciones acuáticas que ofrecen las condiciones óptimas en cuanto a tamaño, profundidad y temperatura de la piscina.



Instalaciones de Talasoponiente, Gijón

Para realizar el programa no es necesario tener una preparación física previa. Se puede comenzar a partir de la semana 14 hasta el parto.