



Un niño va a nacer
!Preparemos
su llegada!



Un niño va a nacer
!Preparemos
su llegada!



Programa de salud
materno-infantil

¿Cómo participar en este programa?

Una vez hayan confirmado el embarazo, sólomente es necesario llamar al **CMS** para ser incluidos en el grupo que les corresponda por la fecha probable de parto.

El programa materno-infantil

intenta contribuir a que las funciones de maternidad y paternidad sean vivencias positivas para la pareja, el hijo y su entorno, así como favorecer las tareas de crianza desde una perspectiva preventiva e integral de la salud.



www.munimadrid.es

 **madrid salud**

 **madrid salud**
INSTITUTO DE SALUD PÚBLICA Prevención y Promoción



¿Qué es el programa de promoción de salud materno-infantil?

Es un conjunto de actividades que ofrecen los **Centros Madrid Salud (CMS) del Ayuntamiento**.

Su objetivo es proporcionar a las embarazadas y a sus parejas, conocimientos y experiencias que puedan ayudarles a obtener mayor grado de salud para ellos, sus hijos y su entorno familiar y social.

¿En qué consiste el programa?

Se trabaja con la pareja desde el segundo trimestre del embarazo mediante una primera entrevista y una serie de sesiones en grupo, abordando los siguientes temas:

- Cambios corporales en la gestación
- Hábitos saludables: alimentación, higiene, relaciones sexuales
- Aspectos psíquicos del embarazo
- Dinámica del parto
- Puerperio
- Recién nacido: características y cuidados
- La familia y el nuevo miembro. Aspectos psíquicos y sociales

Cada sesión se complementa con actividades de relajación, respiración y gimnasia.



Y... después del parto,

...hablaremos de:

- Desarrollo y crianza del niño
- La sexualidad y la planificación familiar

Cada sesión se complementa con gimnasia de recuperación.

El programa contempla la posibilidad de participar en otras actividades del centro: vacunaciones, planificación familiar y trabajo social, así como incorporarse a los grupos de padres del programa "Ayudando a crecer", grupos de alimentación y nutrición, prevención de accidentes, etc.