

Curso de preparación para el parto “viva la vida”

Harold Díaz Muñoz

Docente Bienestar Universitario
Universidad Mariana

María Eugenia Luna Cárdenas

Médica Bienestar Universitario
Universidad Mariana

Carlos Obando

Docente Bienestar Universitario
Universidad Mariana



Equipo Curso de Preparación para el Parto, “Viva La Vida”.

Durante el embarazo se vive muchas emociones encontradas, momentos mágicos de felicidad que contrastan con el miedo y la incertidumbre al pensar en lo que se viene.

Para evitar esos miedos y para que los padres se preparen para el momento del parto, se recomienda la realización de un curso de psicoprofilaxis, en el cual los futuros padres se dispondrán física, emocional y mentalmente para conocer y controlar ese momento (Bebes en camino, s.f.).

Por este motivo, en la Universidad Mariana se ofrece el Curso de preparación para el parto, Viva la Vida, como estrategia pedagógica que acoge a las gestantes de la comunidad universitaria para compartir una serie de información concerniente al embarazo.

Motivados por la situación de la alta incidencia de embarazos no planeados que conllevan a complicaciones del binomio madre - hijo y las consecuencias psicológicas por falta de preparación, los profesionales Doctora María Eugenia Luna Cárdenas y el Enfermero de Promoción de la Salud y Prevención de la Enfermedad Harold Díaz Muñoz, del área de la Salud de Bienestar Universitario, implementaron el curso en el primer semestre del año 2009, el cual es ofrecido actualmente en conjunto entre estudiantes de octavo se-

mestre del Programa de Enfermería que cursan el espacio académico Profundización Comunitaria de la Universidad Mariana y la Coordinación de la Vicerrectoría de Bienestar Universitario. Hoy en día, se constituye en un espacio donde se orienta y prepara física y psicológicamente a las gestantes y a su pareja, para adquirir conocimientos sobre la gestación, parto y puerperio, contribuyendo en la reducción de complicaciones y el temor que se puede originar en cada una de estas etapas.

El curso se desarrolla en dos sesiones por semestre, con una duración de cuatro horas, en las que se utiliza la estrategia *Arte, juego y trabajo*, abordando temáticas como: La importancia de la profilaxis del parto, Anatomía y fisiología de los órganos reproductivos femeninos, Desarrollo embrionario, Cambios durante el embarazo, Cuidados durante la gestación, Signos de alarma durante el embarazo, Nutrición, Estimulación temprana, Manejo y control del trabajo de parto, Cuidados del recién nacido, Estimulación neonatal, Cuidados en el posparto, Planificación familiar y Lactancia materna. Además se realiza gimnasia prenatal, ejercicios de relajación y respiración, temas de gran relevancia e importancia, sobre todo para padres y madres primigestantes.

Referencia bibliográfica

Bebes en camino. (s.f.). *¿En qué consisten los cursos de psicoprofilaxis?*. Recuperado el 12 de octubre de 2014, de: <http://bebesencamino.com/articles/en-que-consisten-los-cursos-de-psicoprofilaxis>