



# PROGRAMA PRENATAL

2020

EQUIPO



Esperando contigo

@Esperandocontigo   
contacto@esperandocontigo.com

## EQUIPO ORGANIZADOR:



**Dra. Graciela Zárate  
Covarrubias.**  
Neonatología  
Pediatría

@dra.gracielazarate



**Dra. Ma. Fernanda  
González Medina.**  
Gastroenterología y  
Nutrición Pediátrica.

@dra.mafergastropedia



**Lic. Pamela Sosa Solís.**  
Lic. en Psicología  
Consultora Internacional  
de Lactancia  
Certificada IBCLC

@vialactancia

Esperando contigo



## PARTICIPANTES:

### Esperando Contigo Privado:



**Dra. Alejandra Finol Guillén**

Ginecóloga / Obstetricia / Medicina Materno Fetal.

@mujerembarazoysalud



- Especialidad de Ginecología y Obstetricia en la Universidad Central de Venezuela.
- Subespecialidad en Medicina Materno Fetal en el Hospital Regional Licenciado Adolfo López Mateos, UNAM.

qué debe hacer o dejar de hacer. En esta plática vamos a aclarar esos mitos que rodean el embarazo y lo que realmente debes conocer para vivir esta etapa con tranquilidad y con la convicción de que sabrás que es lo mejor para ti y tu futuro bebé.

#### Tema: Mitos del embarazo

Cuando una mujer sabe que está embarazada, tiene muchas dudas y temores. Ya no sabe qué está bien o mal,





## PARTICIPANTES:

### Esperando Contigo Privado:



**Dr. Gerardo Barroso Villa**

Ginecología / Obstetricia / Reproducción asistida



@drgerardobarroso @clinicanascere

- Médico Cirujano. Universidad La Salle
- Ginecología y Obstetricia. Centro Médico ABC.
- Subespecialista en Biología de la Reproducción. Jones Institute for Reproductive Medicine, Norfolk VA.
- Miembro del Sistema Nacional de Investigadores.
- Miembro Titular de la Academia de Investigación en Biología de la Reproducción.
- Miembro Numerario de la Academia Nacional de Medicina.
- Profesor de cursos especializados en Biología de la Reproducción de la UNAM.
- Miembro del comité de investigación de la UNAM.
- Tutor de Posgrado de Ciencias Biológicas de la UNAM.
- Tutor del Posgrado de Ciencias Biológicas de la UNAM.

- Tutor del Programa de Maestría en Ciencias Médicas, Odontológicas y de la Salud de la UNAM
- PhD en Ciencias Médicas. Posgrado en Management Health Care Delivery.
- Doctorado en Ciencias. Instituto Politécnico Nacional.
- Master of Science in Biomedical Science. Eastern Virginia Medical School.
- Premio Nacional en Salud Reproductiva "Gregorio Pérez Palacios"
- Director General. Centro de Reproducción Arcos

### Tema: Mitos y realidades de la infertilidad

En la actualidad se estima que el 40% de las causas de la infertilidad se atribuye a problemas femeninos, el 40% a problemas masculinos y hasta en 20% de los casos se determinan problemas en ambos. Por años se ha creído que la causa de la infertilidad era problema femenino. Es por esto que esta plática nos guiará sobre las realidades de la infertilidad y sus verdaderas causas.



## PARTICIPANTES:

### Esperando Contigo Privado:



**CDE. Denise Castro Poblette.**

Cirujano dentista / Ortodoncia Cráneo facial.

@denissepoblette.ortho



- Cirujano dentista, UAEMex
- Ortopedia Maxilofacial y Ortodoncia, HIMFG.
- Ortodoncia Craneofacial, Childrens Hospital of Pittsburgh.
- Curso FACE, Morelia, México.
- Curso Tweed-Merrifield México.
- Curso NAM (Nasoalveolar molding).
- Diplomado en Medicina dental del sueño.
- Curso primeros 1000 días de vida del bebé y salud bucal.
- Comité científico y relaciones Internacionales de Asociación Mexicana de Oclusión y Rehabilitación.
- Responsable de clínica de anomalías craneofaciales, Hospital Infantil de México Federico Gómez.
- Adscrita al servicio de Ortodoncia del Centro de Especialidades Odontológicas, Toluca.

### Tema: Salud bucal durante el embarazo

El embarazo es un período en donde se presentan una serie de cambios en la mujer que pueden favorecer la aparición de problemas dentales, periodontales y articulares, por lo que es necesario que si estas planeando ser mamá, acudas a una revisión con tu odontólogo para proveer un diagnóstico bucal y dar tratamiento oportuno para evitar complicaciones durante esta etapa. Lo ideal es comenzar el embarazo con salud bucal óptima, de no ser así, el Odontólogo programará un plan de tratamiento de acuerdo a la edad gestacional de la paciente dando prioridad a la eliminación de focos de infección de origen dental y/o periodontal evitando la diseminación de microrganismos ya que algunas infecciones pueden pasar a torrente sanguíneo e invadir al feto vía transplacentaria.

El seguimiento odontológico no solo será para la madre, sino también se dará asesoría del porque inclinarnos por un parto humanizado, la importancia de la lactancia materna y alimentación complementaria en el desarrollo craneofacial y funciones respiratorias del bebé.



## PARTICIPANTES:

### Esperando Contigo Privado:



**Dra. Isela Méndez Baca.**

Dermatóloga.

@dermaiselamendez @clinicaiselamendez



- Egresada de la Escuela Médico Militar
- Especialidad en Medicina Familiar y Urgencias.
- Dermatología Universidad del Ejercito.
- Oncología y Cirugía Dermatológica Centro Dermatológico Pascua
- Fototerapia Hospital Germans Trias i Pujol en Barcelona
- Alta Dirección de Empresas en IPADE
- Profesor Titular del Diplomado de Actualización en Dermatología para el tratamiento de lesiones de piel y anexos.
- Cursando la Maestría universidad de Alcalá España en Tricología y Transplante Capilar

### Tema: Cuidados de la piel antes, durante y después del embarazo

Durante el embarazo nuestra piel puede presentar cambios como: telangiectasias o "arañitas" en las piernas, a nivel de los senos, caderas y abdomen presentar estrías rojas y en la cara el "paño".

La forma de prevenir es cuidando tu peso, hidratando tu piel con aceite de almendras, manteca de karité, vitamina E, evita el sol y aplicate protector solar FPS 50 puedes utilizar un despigmentante suave con ácido kójico o arbutina en la cara diario mañana y noche.

Tranquila, disfruta tu embarazo y después a tu bebe, porque todo esto tiene una solución y cuando termines de amamantar puedes visitar a tu dermatólogo. Te vamos a ayudar



## PARTICIPANTES:

### Esperando Contigo Privado:



**Dr. Rodrigo Moreno Salgado.**

Pediatria / Especialista en genética médica

@rod.moreno.s



- Médico Cirujano en la Universidad Panamericana.
- Rotaciones de internado en el Children's Memorial Hospital en Chicago EE..UUU y en el Centre de Référence des Maladies Héréditaires du Métabolism en Nancy, Francia.
- Especialidad en Pediatría en el Hospital Infantil de México Federico Gómez (HIMFG).
- Especialidad en Genética Médica en el Hospital Infantil de México Federico Gómez (HIMFG).
- Formó parte del Global Pediatrics Leadership Program de la escuela de medicina de la Universidad de Harvard, EE..UUU y del programa Milagros para Niños del Boston Children's Hospital

- Actualmente se desempeña como jefe del departamento de Genética Médica del Hospital Infantil de México Federico Gómez.

### Tema: Diagnóstico genético preconcepcional y prenatal

De acuerdo a la organización mundial de la Salud (OMS): "el diagnóstico prenatal tiene como finalidad diagnosticar con la mayor precocidad posible un defecto congénito o bien establecer la ausencia del mismo, ya que la confirmación de la normalidad contribuye a reducir la ansiedad materna durante el resto de la gestación".

Por este motivo, la importancia de esta consulta en los padres que tuvieron un hijo afectado por alguna enfermedad hereditaria es importante para estar preparados en el próximo embarazo y tomar así las medidas necesarias para prevención y tratamiento.



## PARTICIPANTES:

### Esperando Contigo Privado:



**Dra. Ma. Fernanda González Medina.**  
Gastroenterología y Nutrición Pediátrica.

@dra.mafergastropedia



- Universidad Cristóbal Colón. Veracruz Ver. Escuela de Medicina. Licenciatura Médico Cirujano.
- Hospital Regional de Alta Especialidad. Veracruz Ver. Área de Investigación. Servicio Social en Medicina.
- Hospital Infantil de México Federico Gómez. Ciudad de México. Especialidad en Pediatría.
- Hospital Infantil de México Federico Gómez. Ciudad de México. Subespecialidad en Gastroenterología y Nutrición Pediátrica.
- Boston University School of Medicine. Boston Massachusetts. USA. Posgrado en Nutrición Pediátrica.
- Children's Mercy Hospital. Kansas City Missouri. Entrenamiento en Motilidad Gastrointestinal.
- Miembro actual de la Asociación de Médicos del Hospital Infantil de México A.C.
- Miembro actual de la Sociedad Norte Americana de Gastroenterología, Hepatología y Nutrición Pediátrica. (North American Society for Pediatric

Gastroenterology, Hepatology and Nutrition. NASPGHN)

- Miembro actual de la Sociedad de Médicos del Hospital Infantil Privado Star Médica.

#### Tema: La importancia de los primeros 1000 días.

Mi formación académica me llevó a desarrollar un enfoque en mi práctica clínica que integre la nutrición infantil, su efecto en la microbiota, neurodesarrollo y motilidad gastrointestinal, así como implementar estrategias oportunas para prevenir y rehabilitar al niño que no come. Actualmente mi equipo de especialistas y yo atendemos niños desde sus primeros 1000 días de vida hasta la adolescencia. Los primeros 1000 días de vida son de vital importancia ya que durante este tiempo podemos hacer intervenciones nutricionales que impacten de manera positiva en el futuro del bebe.

A través de las redes sociales en Instagram bajo el nombre de @dra.mafergastropedia nuestro trabajo como equipo está logrando trascender la barrera de la distancia, permitiéndonos informar, guiar y acompañar a muchas familias en nuestro país y alrededor del mundo.



## PARTICIPANTES:

### Esperando Contigo Privado:



**Lic. Alejandra Gutierrez Páez**

Licenciada en Nutrición

@dra.mafergastropedia @nutriologa.alegpaez



- Lic. En nutrición y ciencias de los alimentos. Egresada de la Universidad Iberoamericana, campus Puebla.
- Diplomado Educador en Diabetes por el Consejo Nacional de Educadores en Diabetes.
- Diplomado en Nutrición Deportiva más Certificación ISAK nivel 1. Sport Med. Por la clínica médica de excelencia de la FIFA.
- Curso de Nutrición en Embarazo y Lactancia en el Instituto Mauer.
- Diplomado en Nutrición Clínica Perinatal y Pediátrica en el Centro de Orientación Alimentaria (COA Nutrición).
- Experiencia laboral de 2 años en el Instituto Cardiovascular de Puebla.
- Experiencia laboral de 2 años en el grupo mafergastropedia como nutrióloga materno - infantil.

#### Tema: Nutrición antes, durante y después del embarazo.

El estado nutricional de la madre antes y durante todo su embarazo tendrá un impacto directo tanto en su desarrollo físico como cognitivo.

Antes del embarazo se debe asegurar que el estado nutricional de la madre sea el óptimo, corregir las deficiencias nutricionales que podrían llegar a estar presentes y alcanzar un peso saludable para reducir el riesgo de complicaciones durante el embarazo.

Los requerimientos de micro y macro nutrientos cambian según el trimestre en el que se encuentre la mujer. Durante el primer trimestre hay nutrientos clave que ayudan al desarrollo del sistema nervioso central del bebé, como el ácido fólico, zinc y DHA.

En el segundo trimestre el requerimiento calórico aumenta para cubrir las demandas de la madre y del bebé y en el tercer trimestre ocurre el pico máximo de crecimiento del bebé, por tal motivo es necesario que la madre incremente aún más la ingesta de calorías, aumentan los requerimientos de ácidos grasos y de hierro, esto con la finalidad de que el bebé tenga una reserva para el momento del parto.

Durante la lactancia, el cuerpo de la mujer necesita mucha energía en forma de calorías. La alimentación de la madre debe de ser suficiente, ya que es un factor importante para la producción de leche. Se debe tener una suplementación adecuada, la cual beneficiará a la madre y al bebé.



## PARTICIPANTES:

### Esperando Contigo Privado:



**Lic. Pamela Sosa Solís**

Lic. en Psicología / Consultora Internacional de Lactancia Certificada IBCLC

@vialactancia



- Licenciada en Psicología por la Universidad Modelo.
- Especialista en Promoción de la Salud por la UNAM.
- Consultora Internacional de Lactancia Certificada IBCLC.
- Certificada en Terapia Racional Emotivo Conductual por el Centro Argentino de Terapia Cognitivo y Racional Emotivo Conductual.
- Actualmente estudiando el Posgrado en Lactancia Materna y Bancos de Leche Humana por la Universidad Autónoma de Barcelona.
- Fundadora de @vialactancia

#### Tema: Asesoría de lactancia y su importancia psicológica.

Cuando nace un bebé, nace una mamá y un nuevo desafío del que generalmente

poco nos hablan cuando estamos embarazadas: La lactancia.

La leche materna es el mejor alimento y el más nutritivo para los bebés. Contiene todos los nutrientes que el bebé necesita para crecer y desarrollarse sano, fuerte e inteligente.

Contiene anticuerpos especiales que protegen el bebé contra infecciones respiratorias, gripe, asma, infecciones de oído, diarreas, alergias y otras enfermedades. Amamantar tiene beneficios tanto para la salud del niño como de la madre protegiéndoles de enfermedades.

El mejor momento para informarnos sobre la lactancia es el embarazo, por lo que, si tu deseo es alimentar a tu bebé con leche materna, en #Esperandocontigo obtendrás información valiosa que te ayudará a establecer la Lactancia desde los primeros días de vida de tu bebé.



## PARTICIPANTES:

### Esperando Contigo Privado:



**Doula Vania Hernández**

@vaniahernandezdoula

- Doula de parto y post parto
- Educadora Perinatal certificada por Lamaze International
- Terapeuta placentaria y especialista en baños y cierres post parto
- Guía de ceremonias de maternidad (prenatales y postnatales)

#### Tema: Acompañamiento durante el nacimiento del bebé.

El parto se puede vivir de una manera armoniosa y las doulas somos las guardianas del parto.

El parto es un evento transcendental, el cual conlleva cambios y retos físicos y emocionales. Vivir el parto acompañada, de una manera empática, amorosa y sin juicios es un gran apoyo durante el trabajo de parto.

#### Objetivo fundamental:

Que se viva la experiencia del nacimiento como un momento especial, placentero, en condiciones de dignidad humana, donde la mujer sea protagonista de su propio parto, reconociendo el derecho de libertad de las mujeres o las parejas para tomar decisiones sobre dónde, cómo y con quién parir, en este momento tan importante de su historia.

#### ¿En qué beneficia el acompañamiento de una doula?

- Más probabilidades de parir sin fórceps, vacuum o cesárea
- Menos posibilidad de usar medicamentos para el dolor
- Mayor satisfacción del proceso
- Mayor probabilidad de tener un trabajo de parto más corto



## PARTICIPANTES:

### Esperando Contigo Privado:



**Dra. Laura Arteaga González**  
Anestesiología

@unamamadoctora

- Egresada de la Universidad del Noreste.
- Anestesióloga por el Hospital General Regional No.1. Lic. Ignacio García Téllez. IMSS.
- Certificada por el Consejo Nacional de Anestesiología, A.C.
- Líder de Equipo de Reconversión Covid.

#### Tema: Manejo del dolor durante el trabajo de parto.

El dolor es un síntoma subjetivo, es decir que puede variar dependiendo de la percepción de cada persona.

No hay un método que sea el mejor para manejar el dolor durante el trabajo de parto. La mejor opción es la que tenga más sentido para la futura mamá.

Mi responsabilidad como anestesióloga es explicarle a la paciente las ventajas y

los riesgos que implica manejar el dolor con una Analgesia Obstétrica.

La analgesia peridural es una técnica de bloqueo neuroaxial que se logra mediante la inyección de un anestésico local cerca de los nervios que transmiten del dolor (a nivel lumbar o de la espalda baja), es una de las más seguras y efectivas para aliviar el dolor durante el trabajo de parto.

Es un procedimiento rápido en el que comúnmente colocamos un catéter, el cual se podrá utilizar para aplicar dosis de anestesia en caso de que sea necesario realizar una cesárea.

El objetivo siempre será el más importante: que la mamá pueda tener un parto sin dolor y recuerde ese momento como una experiencia de vida, en donde en todo momento se tomó en cuenta el bienestar físico y emocional del binomio.



## PARTICIPANTES:

### Esperando Contigo Privado:



**Doula Vania Hernández**

@vaniahernandezdoula

- Doula de parto y post parto
- Educadora Perinatal certificada por Lamaze International
- Terapeuta placentaria y especialista en baños y cierres post parto
- Guía de ceremonias de maternidad (prenatales y postnatales)

#### Tema: Acompañamiento durante el nacimiento del bebé.

El parto se puede vivir de una manera armoniosa y las doulas somos las guardianas del parto.

El parto es un evento transcendental, el cual conlleva cambios y retos físicos y emocionales. Vivir el parto acompañada, de una manera empática, amorosa y sin juicios es un gran apoyo durante el trabajo de parto.

#### Objetivo fundamental:

Que se viva la experiencia del nacimiento como un momento especial, placentero, en condiciones de dignidad humana, donde la mujer sea protagonista de su propio parto, reconociendo el derecho de libertad de las mujeres o las parejas para tomar decisiones sobre dónde, cómo y con quién parir, en este momento tan importante de su historia.

#### ¿En qué beneficia el acompañamiento de una doula?

- Más probabilidades de parir sin fórceps, vacuum o cesárea
- Menos posibilidad de usar medicamentos para el dolor
- Mayor satisfacción del proceso
- Mayor probabilidad de tener un trabajo de parto más corto



## PARTICIPANTES:

### Esperando Contigo Privado:



**Dra. Graciela Zárate Covarrubias**  
Neonatología / Pediatría

@dra.graciela.zarate



- Egresada de la Escuela de Medicina del Tec de Monterrey.
- Especialidad de pediatría: Hospital Centenario "Miguel Hidalgo", Aguascalientes, Ags. Especialidad avalada por la Universidad Autónoma de Aguascalientes.
- Subespecialidad en Neonatología: Hospital Central "Dr. Ignacio Morones Prieto". Avalada por la Universidad Autónoma de San Luis Potosí.
- ECMO especialista de la ELSO
- Curso diplomado en Nutrición Pediátrica
- Curso diplomado en Nutrición del Prematuro.
- Médico adscrito de la unidad de Cuidados Intensivos Neonatales (UCIN) en el Star Médica HIP.
- Jefatura de la Unidad de Cuidados Intensivos del Star Médica Tlanepantla.

### Tema: Apego temprano y hora dorada

En cuanto a las dudas sobre la llegada de tu bebé puedo ayudarte desde la preparación hasta el parto o cesárea. La mejor opción hoy en día es el parto y cesárea respetada.

El concepto de nacimiento respetado se refiere al cuidado psicológico que se le da a la madre y a la familia en relación al nacimiento del bebé, teniendo como principal objetivo que se viva esta de manera especial y placentera para la madre.

La mejor manera de promover un buen comienzo en la vida del bebé es tener compañía durante la cesárea e iniciar inmediatamente el contacto piel con piel. Este contacto fomentará el seno materno en la primera hora de vida y con ésto se incrementa el éxito de poder llevar ésta más allá de los 6 meses de forma exclusiva. Además, tiene una implicación muy importante en la formación del vínculo emocional que se genera entre la madre y él bebé, haciéndolo más profundo y especial.



Esperando contigo

@Esperandocontigo contacto@esperandocontigo.com

## PARTICIPANTES:

### Esperando Contigo Privado:



**Dra. Laura Vanessa Rodríguez Rocha**  
Ginecología / Obstetricia / Colposcopia

@dra.vanerodriguez



- Médico cirujano egresada de la Universidad Autónoma de San Luis Potosí.
- Especialista en Ginecología y Obstetricia egresada del Instituto Nacional de Perinatología Isidro Espinosa de Los Reyes
- Certificada por el Consejo Mexicano de Ginecología y Obstetricia
- Certificada como proveedora de Soporte Vital Avanzado en Obstetricia por el Programa de Actualización Continua en Emergencias

#### Tema: ¿Cómo es el control pre y postnatal del embarazo?

La consulta pre concepcional busca lograr el mejor estado de salud posible de

los futuros padres, a fin de alcanzar el embarazo en las mejores condiciones. Previene, diagnostica y trata las afecciones que puedan afectar a la futura gestación, evitando o disminuyendo su efecto en medida de lo posible.

El control prenatal es la serie de visitas programadas de una mujer embarazada con los integrantes del equipo de salud, con el objetivo de vigilar la evolución del embarazo y obtener una adecuada preparación para el parto y la crianza.

El control postnatal garantiza la prevención, diagnóstico y tratamiento oportuno y adecuado de cualquier desviación en la recuperación satisfactoria luego del nacimiento.



## PARTICIPANTES:

### Esperando Contigo Privado:



**Dra. Lluvia Barraza Osuna**  
Medicina de Rehabilitación

@dra.lluvia.barraza



- Medicina de Rehabilitación
- Egresada de Universidad Autónoma de Guadalajara en Guadalajara Jalisco
- Especialidad: Instituto Nacional de Rehabilitación "Luis Guillermo Ibarra Ibarra" en la Ciudad de México
- Diplomado: Fundamentos de Rehabilitación del Deporte
- Evaluación y ejercicios específicos en el tratamiento de disfunciones de piso pélvico
- Reeducación en el ámbito pelvi-perineal

#### Tema: Rehabilitación del piso pélvico en el postparto.

La Rehabilitación de Piso Pélvico es un conjunto de técnicas conservadoras enfocadas a la prevención y tratamiento de problemas de órganos alojados dentro de piso pélvico (recto, vagina, útero y vejiga).

1) Etapa preparto: Información preventiva, que es lo que sucede en nuestro piso pélvico durante el embarazo.

2) Etapa postparto: que sucede después del parto, que hacer para mejorar y como puedo prevenir.

#### ¿Qué hacemos en el postparto?:

- Valorar piso pélvico y abdomen: Interrogatorio y exploración física

- Cuidado y corrección de postura: Valorar manera de alimentar a nuestro bebe, postura al realizar las actividades propias del hogar, personales y laborales.

- Abdominales hipopresivos: Entrenamiento basado principalmente en la contracción isométrica de la musculatura profunda abdominal el cual ayuda a mejorar la fuerza muscular del abdomen, disminuye el perímetro abdominal y mejorar la fuerza muscular del piso pélvico.

- Prevenir o disminuir dolor en periné, herida por cesárea o en episiotomía.

Entenderte, atenderte, cuidarte y acompañarte en este proceso es nuestro objetivo, mejorando tu salud y tu calidad de vida.



## PARTICIPANTES:

### Esperando Contigo Privado:



**Dra. Pamela Saviñón Tejada.**  
Pediatra / Neonatóloga

@pediatrapamela

**Pamela Saviñón**  
PEDIATRA Y NEONATÓLOGA

- Médico Pediatra egresada del Hospital Infantil de México, Federico Gómez.
- Neonatóloga por el Hospital Ángeles del Pedregal.
- Certificación del Consejo Mexicano de Pediatría y Neonatología.
- Diplomado de Neurodesarrollo y Estimulación Temprana por la Asociación Mexicana de Psicoterapia, Inteligencia Emocional, y Ciencias Cognitivas.
- Postgrado de Nutrición Pediátrica por la Universidad de Boston.

### Tema: Cuidados del recién nacido

Una mujer después del embarazo, trabajo de parto, cesárea, está lista para llevar a su bebé a casa

El momento de cuidar a su recién nacido es vital ya que depende totalmente de ella o de los cuidadores.

Objetivo: Las nuevas madres se enfrentan al reto, que bien vale la pena acompañarse de profesionales que las guíen y sobre todo les den calma.

La clave de la maternidad es la información, mientras más informada se encuentre la madre y los cuidadores, habrá una mejor toma de decisiones.



## PARTICIPANTES:

### Esperando Contigo Privado:



**Dra. Pamela Saviñón Tejada.**  
Pediatra / Neonatóloga

@pediatrapamela

**Pamela Saviñón**  
PEDIATRA Y NEONATÓLOGA

- Médico Pediatra egresada del Hospital Infantil de México, Federico Gómez.
- Neonatóloga por el Hospital Ángeles del Pedregal.
- Certificación del Consejo Mexicano de Pediatría y Neonatología.
- Diplomado de Neurodesarrollo y Estimulación Temprana por la Asociación Mexicana de Psicoterapia, Inteligencia Emocional, y Ciencias Cognitivas.
- Postgrado de Nutrición Pediátrica por la Universidad de Boston.

### Tema: Cuidados del recién nacido

Una mujer después del embarazo, trabajo de parto, cesárea, está lista para llevar a su bebé a casa

El momento de cuidar a su recién nacido es vital ya que depende totalmente de ella o de los cuidadores.

Objetivo: Las nuevas madres se enfrentan al reto, que bien vale la pena acompañarse de profesionales que las guíen y sobre todo les den calma.

La clave de la maternidad es la información, mientras más informada se encuentre la madre y los cuidadores, habrá una mejor toma de decisiones.



## PARTICIPANTES:

### Esperando Contigo Privado:



**Lic. Daniela Sosa Violante**

Lic. en terapia de comunicación humana

@mafergastropedia @dani\_seri



- Licencia en Terapia de comunicación humana.
- Maestría en Terapia ocupacional
- Certificaciones y especialización en:
  - Terapia en Integración Sensorial y Neurosensorial.
  - Terapia en Neurodesarrollo.
  - Terapia oral Motora y Terapia Miofuncional. S.O.S Approach to Feeding.
  - Get Permissón Approach
  - Escala Oromotora Neonatal (Neonatal
  - Oral-Motor Assessment Scale, NOMAS)
  - Hidroterapia Sensorial
  - Facilitadora en Masaje Infantil (International
  - Institute for Complementary Therapists-IICT\*)
  - Introductorio y seguimiento Método Bobath

Directora General: Clínica de Rehabilitación Sensorial Pediátrica SERI, cede Durango, Dgo

Trabajo durante 6 años: Centro Rehabilitación Teletón, Tamaulipas

#### Tema: Sistema Sensorial de tu bebé durante la gestación.

El útero materno, o entorno intrauterino, es propicio para la entrada neurosensorial positiva que es crucial para el desarrollo normal del cerebro de tu bebe, su ambiente intrauterino lo protege de la estimulación externa, de igual forma le proporciona una variedad de estímulos sensoriales táctiles, vestibulares, químicos, hormonales, auditivos y visuales en forma integrada.

Esta integración sensorial es el proceso que implica organizar la sensación del cuerpo y el medio ambiente. Hay cinco pasos secuenciales en el proceso dinámico de integración sensorial, que son el registro sensorial, la orientación y la atención, la interpretación, la organización de una respuesta y la ejecución de una respuesta.

Es prioritario manifestar que los siete sentidos en el útero, para que la integración sensorial pueda tener lugar, se deben ir organizando de forma secuenciada, teniendo cuatro sentidos distales y tres sentidos proximales u ocultos. Los cuatro sentidos distales (o en primer plano) incluyen visión, oído, gusto y olfato. Es difícil separar el tacto y la unión del movimiento corporal, por lo que el sentido táctil se considera parte de los sentidos proximal y distal. Los tres sentidos proximales u ocultos son la conciencia táctil (táctil), la posición del cuerpo (propriocepción) y la conciencia del movimiento (vestibular). La evidencia de este desarrollo sensorial temprano en el útero significa que podemos comenzar a influir en el desarrollo postnatal de tu bebé en función del entorno sensorial externo de tu embarazo, por lo que nos interesa darte a conocer cuáles son los motivos gestacionales que pueden impedir un buen desarrollo neurosensorial durante esa etapa, conociendo los orígenes fisiológicos en períodos críticos que colisionan con la integración sensorial en su desarrollo normal, haciendo evidente que va influenciar de forma negativa en su proceso madurativo en etapas posteriores de su neurodesarrollo, calidad de vida y aprendizaje evolutivo.



## PARTICIPANTES:

### Esperando Contigo Privado:



**Lic. Adriana Villalpando Carrión**  
Lic. en Psicología / Maestría en ITREM

@pediatrapamela



- Licenciatura en Psicología por la Universidad Anáhuac.
- Maestría en Terapia Racional Emotiva, en el Instituto de Terapia Racional Emotiva de México (ITREM).
- Impartiendo clases a nivel maestría en el Instituto de Terapia Racional Emotiva, desde el 2005.
- Terapeuta Particular, más de 20 años de experiencia ayudando en las relaciones de pareja y de forma individual, así como con asesoría a padres de familia.
- 10 años impartiendo cursos y pláticas sobre bienestar emocional y desarrollo de una vida emocional sana.
- Subdirectora del ITREM, desde hace 7 años.

#### Tema: Salud mental antes, durante y después del embarazo.

El buen manejo de la vida emocional es una asignatura pendiente en el modelo educativo. Tener un buen manejo emocional nos ayuda a tener y mantener relaciones sanas, ahorrar energía para poder desempeñar nuestras actividades y ser productivos y creativos. Cuando no tenemos un buen manejo emocional varias áreas de nuestra vida se verán comprometidas.

El proceso de la maternidad es por naturaleza un proceso de cambios y éstos generan alteraciones en nuestra realidad emotiva, mientras mejor pueda enfrentarlos mejor voy a estar emocionalmente y mejor me voy a desempeñar en el papel de mamá. Además, voy a ayudar a que mi bebé tenga un mejor comienzo de vida tanto física, emocional y psicológica.

#### INSTITUTO DE TERAPIA RACIONAL EMOTIVA DE MEXICO

Fundado en 1984, siguiendo la corriente de la Terapia Racional Emotiva y Conductual, en el que se ayuda a las personas a descubrir de donde provienen sus inseguridades, sus culpas, sus miedos, su angustia, su depresión, etc., estados emotivos negativos que le impiden sentirse bien consigo mismo y disfrutar la vida.

Su objetivo es lograr que el individuo entienda que los estados emocionales negativos -innehacariamente prolongados- no se deben ni a situaciones externas ("cosas que me pasan") ni a una naturaleza defectuosa ("es que así soy"), sino a formas equivocadas de pensamiento...

... ¡y que se pueden corregir!

Contamos con un amplio grupo de terapeutas para atenderte.



## PARTICIPANTES:

### Esperando Contigo Privado:



**Christina Lima y Ana Gabriela Almada**  
Testimonios

@limaflacaforever @amomlikeu

#### Tema: ¿Cómo sobrevivir a la maternidad?

Christina Lima, fundadora de Medica Lima, madre de un hermoso niño de 2 años y Ana Gabriela Almada, madre de 2, y role model para muchas mamás nos

hablarán acerca de su maternidad, lo que pasaron durante la espera y como vivieron el cuarto trimestre.

