

## GRUP POST PART

Son sesiones grupales de apoyo para resolver dudas y hablar de la lactancia materna, la crianza, y todas las incertidumbres de la evolución del post parto.

### ¿A quién va dirigido?

A todas las mujeres y acompañantes que quieran apoyo en el inicio de la nueva vida en familia.

### Temas de la sesión

- Dudas en relación al post parto precoz
- Lactancia materna
- Extracción y conservación de la leche materna
- Introducción a los ejercicios Kegel y ejercicios de rehabilitación del suelo pélvico
- Emergencias neonatales

### Comadronas

Lourdes Benlliure y Eva Carnicer (International Board Certified Lactation Consultant) - Comadronas del Assir Litoral (Atenció a la Salut Sexual y Reproductiva) y de la Sala de Partos del Hospital del Mar

