

PRIMER TRIMESTRE DE L'EMBARÀS

Es una única sesión grupal en la que una comadrona explica consejos de salud que hay que saber durante la gestación, en especial durante el primer trimestre del embarazo

¿A quién va dirigido?

A mujeres embarazadas y acompañantes durante cualquier momento del primer trimestre del distrito de Ciutat Vella o Sant Martí

- Temas de la sesión**
- Cambios fisiológicos durante la gestación, molestias más habituales y como aligerarlas.
 - Signos de consulta y de alarma.
 - Recomendaciones higiénicas y alimentarias.
 - Sexualidad y ejercicio físico.

Comadronas

Almudena Vázquez, Catherine Dequinze y Elisa del Rio
Comadronas del ASSIR Litoral (Atención a la Salud Sexual y Reproductiva) y de la Sala de Partos del Hospital del Mar.

