

Corso parto

Cos'è

L'Equipe di GynePro, formata da Genetista, Ginecologo, Ostetrica, Dietista, Psicologa e Pediatra ti accompagna lungo tutta la gravidanza e per i successivi 3 anni dalla nascita, nel corso multidisciplinare dedicato a tutte le future Mamme e Papà che vogliono vivere questo periodo in tranquillità, affiancati dai più esperti professionisti del settore

1° trimestre

- Indagini prenatali: un ventaglio di possibilità tra test di screening ed indagini invasive
 - I test di screening: approcci vecchi e nuovi per il calcolo del rischio: dal test combinato al test del DNA fetale su sangue materno (NIPT);
 - Le indagini invasive: villocentesi e amniocentesi. Dal cariotipo standard al cariotipo molecolare;
 - Patologie genetiche più diffuse nella popolazione caucasica: quali varrebbe la pena testare?
- Raccomandazioni relative allo screening delle malattie infettive e sulle misure igienico-sanitarie per la loro prevenzione
- Come mantenere uno stile di vita sano durante tutta la gravidanza:
 - dallo sport alla ginnastica dolce... mantenersi in movimento per 9 mesi;
 - come vivere la propria sessualità in gravidanza;
 - abitudini quotidiane per vivere al meglio;
 - Alimentarsi in due per la salute della mamma e del bambino: aumento di peso raccomandato e fabbisogni nutrizionali in gravidanza e allattamento. Impatto delle tue scelte alimentari sulla futura salute del bambino

2° trimestre

- Condividere insieme il progredire della gravidanza attraverso momenti di confronto, visualizzazioni guidate e tecniche di rilassamento in vista del parto
- Parto in analgesia epidurale: "a tu per tu" con l'anestesista
- Il cordone ombelicale è una delle fonti più ricche di cellule staminali nell'organismo, ma purtroppo questa fonte preziosa è spesso scartata
 - Valutiamo insieme limiti, vantaggi e svantaggi di una donazione piuttosto che di una conservazione privata;
 - Possibili applicazioni... Oggi!

3° trimestre

- Travaglio, parto e puerperio:
 - come affrontare il travaglio con serenità e consapevolezza con un approccio teorico-pratico;
 - dal travaglio al parto... è ora di spingere! come vivere questo magico momento a lungo aspettato attraverso consigli utili di carattere teorico-pratico, visualizzazioni, posizioni libere e ginnastica perineale
- Come affrontare i cambiamenti emotivi in gravidanza e puerperio
- E' nato e adesso?
 - L'assistenza al neonato subito dopo il parto;
 - il latte di ogni mamma è un alimento unico per il proprio figlio!
 - gli screening neonatali e i bilanci di salute per il bene di ogni bambino;
 - come posizionare il neonato nella culla
- si torna a casa:
 - come allattare con serenità;
 - come gestire al meglio il rientro a casa e la quotidianità;
 - dalla doccia al bagnetto, vivere insieme il suo primo bagno tra le bolle

DOPO IL PARTO

Bambini 0-12 mesi

- Il puerperio: consigli su come affrontare al meglio i primi 40 giorni di vita insieme;
- un tocco d'amore: come massaggiare il tuo bimbo e rilassarsi con lui;
- marsupio o fascia? l'arte del babywearing;
- consigli nutrizionali per ritornare in forma dopo il parto: linee guida per perdere correttamente il peso in



eccesso ereditato con la gravidanza;

- i fabbisogni del bambino nei primi tre anni di vita, svezzamento tradizionale e spontaneo a confronto, le prime ricette;
- come gestire le coliche gassose del lattante;
- il mio piccolo ha la febbre: cosa fare?
- novità sulle vaccinazioni;
- preveniamo gli incidenti domestici!

Bambini 12-24 mesi

- Lo sviluppo neuropsichico del bambino. Bambini e TV: Attenzione!
- la crescita del bambino oltre il primo anno di vita;
- dentizione ed igiene della bocca;
- riflessioni sulla genitorialità rimanendo coppia

Bambini 24-36 mesi

- Passare dal pannolino al vasino senza timori;
- inserimento alla scuola materna;
- quando è opportuno controllare la vista?
- attività ludica, musica e sport: impatto sulla crescita