

La Clínica Rotger activa un programa pionero en la sanidad balear: el Curso de Educación Maternal

REDACCIÓN

El Curso de Educación Maternal pretende proporcionar a la mujer y a su pareja instrumentos para actuar responsablemente durante el embarazo, parto, puerperio y primeros cuidados del recién nacido.

Con un equipo de comadronas lideradas por profesionales de la trayectoria y el prestigio de Isabel Cascales y de las nuevas, aunque sobradamente preparadas, generaciones como Ana Ripoll, la Clínica ofrecerá una formación coherente y útil a la pareja.

Se trata, en palabras de los responsables de estos programas de "que la vivencia de esta etapa sea una experiencia propia, natural y positiva dentro del marco de la salud actual y de las recomendaciones del Ministerio de Sanidad y la Conselleria de Salud".

La comadrona Isabel Cascales relataba esta semana a Salut i Força como un grupo de profesionales de este sector, responsable de la salud reproductiva y sexual de la mujer, trabajan desde 2003 en establecer un marco para definir sus competencias.

"En estos momentos –explica Isabel Cascales– la mujer embarazada pide una asistencia personalizada, humanizada y menos medicalizada, en la medida de lo posible, y que cambien ciertas actitudes y modos de trabajar en este momento de su vida".

Añade esta prestigiosa profesional que hasta hace muy poco



Las comadronas Isabel Cascales y Ana Ripoll, que se hallan al frente de la iniciativa formativa de la Clínica Rotger.

tiempo, "la educación maternal se limitaba tan solo a programas de ejercicio". Ahora el programa se inicia en la consulta preconcepcional y terminará mucho después del parto.

El curso de educación maternal de la Clínica Rotger innova, en este sentido, en que incluye por primera vez un módulo de primer trimestre y un tercer módulo, post parto, en el que se ofrece a la mujer la posibilidad de acudir hasta que lo necesite.

Ana Ripoll, coordinadora del programa, explica la es-

pecial importancia que tiene para la mujer que quienes la atenderán desde el primer momento sean las mismas profesionales que la ayudarán en el parto y en el puerperio, además de que conocerá el entorno de la Clínica Rotger (habitaciones, sala de partos, Unidad de Cuidados intensivos Neonatales, etc).

"Esta coherencia –indica la comadrona– reduce mucho la ansiedad de la futura madre" desde el momento en que se ve acompañada por las mismas personas, en las mismas

instalaciones y con los mismos criterios desde el principio hasta el final del proceso.

Ripoll abunda en la importancia de los dos módulos, inicial y final. El primero, en el primer trimestre del embarazo, sirve para "explicar a la mujer los cambios que experimentará, antes de que lleguen a producirse. De ese modo los vivirá mejor".

El tercer módulo, el que abarca el periodo después del parto, acometerá algo que las profesionales califican de, hasta ahora, "terreno olvidado", el del puer-

perio, abarcando los cuidados al bebé, la sexualidad tras el parto, la lactancia, el masaje infantil...

Incluye este periodo del programa de formación nuevos ejercicios de gimnasia hipopresiva, que si durante el proceso previo al parto ayudarán a la mujer en el momento de la expulsión, tras el parto servirán para rehabilitar el suelo pélvico.

"El puerperio –explica Cascales– es una etapa muy olvidada. El apoyo psicológico es importante. Muchas mujeres no duermen, están agotadas, no saben cómo cuidar al bebé. Sienten tristeza. Este módulo no tiene final. Pueden venir mientras lo necesiten."

Naturalmente, el módulo intermedio es de vital importancia. Durante el tercer trimestre se cuidarán aspectos como el bienestar físico y psicológico durante el proceso, la reducción de la ansiedad al acudir a la clínica, ofrecer a la mujer la posibilidad de decidir.

Tanto desde la perspectiva profesional de las comadronas, como recalca Rosa Regi, responsable de la Clínica, la esencia de la formación es principalmente esa, permitir a la mujer que tenga la información suficiente y una guía para tomar decisiones útiles en este momento de su vida.

Tener capacidad de tomar decisiones, ser consciente y responsable de sus actos. De elegir el modo en el que va a desarrollarse el parto, la participación del padre antes, durante y después, elegir la lactancia, además de promover la



Un grupo de mujeres embarazadas, durante una de las sesiones del curso.



vinculación afectiva.

Durante las sesiones del tercer trimestre se estudiarán aspectos como los cuidados del embarazo, la anatomía y desarrollo fetal, el parto, la lactancia, los cuidados del recién nacido, el puerperio, la anticoncepción, así como una guía del hospital (información, documentación precisa, etc).

Este conocimiento de la Clínica, de los profesionales, tanto de las comadronas como de los especialistas en anestesia, neonatos, pediatría e incluso enfermería de planta, así como de los procedimientos, facilitará a la madre el proceso en sí.

Dentro de este margen de confianza y de conocimiento, la futura madre, los futuros padres, pueden solicitar los procedimientos que prefieran en el parto, asesorados por los profesionales que los guiarán, "asumiendo los niveles de riesgo mínimos aceptables".

Con estos nuevos enfoques, señala Isabel Cascales, "la libertad es mayor que hace 10, 8 o 6 años. Como ejemplo, la epidural, que ahora solo se pone si se solicita". Es el fomento de la capacidad de decisión desde la responsabilidad. Todo un objetivo.



Sobre estas líneas, tres imágenes del curso de Educación Maternal.

Estructura del curso de educación maternal en la Clínica Rotger

El Proyecto de Educación Maternal de la Clínica Rotger se compone de tres fases:

PRIMER TRIMESTRE
Consta de una sesión teórica, cuyo contenido es:

- Cambios físicos, psíquicos y metabólicos del embarazo.
- Control prenatal.

Se realizará entre la semana 10-15 de gestación. La duración será de 90 minutos.

Se realizarán una vez al mes.

TERCER TRIMESTRE

Consta de 9 sesiones teóricas y 9 sesiones prácticas y una sesión para padres.

Las sesiones teóricas tendrán una duración de 90 minutos, una vez a la semana realizando exposiciones teóricas y grupos de discusión. Contenido de las sesiones teóricas:

- Cuidados del embarazo
- Anatomía y desarrollo fetal
- Parto I
- Parto II
- Lactancia
- Cuidados de recién nacido.
- Puerperio.
- Anticoncepción. Sexualidad en el embarazo
- Guía hospital.

Las sesiones prácticas tendrán una duración de 90 minutos una vez a la semana

y se realizarán ejercicios físicos, técnicas de relajación y respiración.

La sesión para padres se realizará una vez al mes y su duración será de 90 minutos. Los grupos serán cerrados y estarán compuestos por 15 personas como máximo.

Se realizarán tres grupos dos de tarde y uno de mañana para adecuarse a las necesidades de cada mujer y pareja. Las clases se iniciarán entre semana 27-30 de gestación.

POSPARTO

Cada sesión tendrá una duración de 90 minutos y constará de tres partes:

- Teórica-discusión donde cada semana se hablará de un tema: lactancia, alimentación, sueño infantil, sexualidad... (30 minutos)
- Masaje infantil (30 min.)
- Gimnasia hipopresiva (30 minutos)
- Los grupos serán de 10-12 personas.

Se intentarán resolver las dudas y temores de las madres. Se realizará una sesión a la semana y será por la mañana. Las mujeres se irán incorporando entre la 1ª y 4ª semana después del parto según las necesidades.

Testimonio agradecido

A la Clínica Rotger:

Me dirijo a usted con el fin de manifestar mis más sinceras felicitaciones por el cambio de equipo de Educación Maternal, teniendo en cuenta que el grupo nuevo formado por Ana Ripoll, Ana de Juan, Carmen García y Cristina Saez brilla por su calidez tanto en trabajo como en el trato personal.

Así mismo destacar la gran diferencia de nivel de enseñanza y compromiso con el anterior equipo. Me gustaría resaltar la importancia del funcionamiento ya que ahora sí puede decirse que las clases prácticas como las teóricas están siendo impartidas por personas profesionales y con verdadera vocación, eso se siente y lo que se percibe es autenticidad.

Lo que ellas transmiten es confianza, conocimientos reales, tranquilidad, en un clima de absoluta armonía como grupo, teniendo en cuenta en todo momento la importancia de lo que significa un embarazo en la vida de una mujer, manejando con respeto y sabiduría todas las dudas planteadas, las ansiedades, los temores y compartiendo hasta las sensaciones de felicidad con una dulzura innata y verdadera.

Este trabajo hecho a la perfección no puede pasar inadvertido, ya que no soy la única en notar el cambio radical que ha realizado la clínica, el esfuerzo de la organización digno del equipo de trabajo con un aire renovado, joven y experimentado, productivo, dedicado, implicado, responsable y sin perder de vista en ningún momento el trato humano y personalizado. Estas clases son altamente recomendables. Por todo lo expresado, felicitaciones y gracias.

Analia Pulizzi, embarazada de 34 semanas