

# MATERNIDAD SEGURA

**1** Consulta preconcepcional

**2** Captación temprana de la gestante

**3** Valoración integral de la gestante en controles prenatales

**4** Curso de maternidad y paternidad

**5** Parto humanizado: nacimiento y bienvenida al nuevo miembro de la familia

**6** Anticoncepción post evento obstétrico

**7** Consejería en lactancia materna



# MATERNIDAD SEGURA



1

**Atención prenatal adecuada:** Las mujeres embarazadas deben recibir atención médica regular desde el momento en que se enteran de su embarazo. Esto incluye visitas regulares al médico, pruebas de detección y seguimiento del desarrollo del feto para detectar cualquier complicación temprana.

2

**Nutrición adecuada:** Es fundamental que las mujeres embarazadas reciban una dieta equilibrada y nutritiva que satisfaga sus necesidades y las del feto en crecimiento. Esto incluye una ingesta adecuada de vitaminas y minerales, así como evitar alimentos y sustancias perjudiciales para la salud del bebé.

3

**Educación sobre el parto y cuidado del recién nacido:** Las mujeres embarazadas deben recibir información y educación sobre el proceso de parto, las opciones disponibles para el parto y el cuidado del recién nacido. Esto les permite tomar decisiones informadas y prepararse adecuadamente para el parto y la crianza del bebé.

4

**Acceso a servicios de atención obstétrica de calidad:** Es fundamental que las mujeres embarazadas tengan acceso a servicios de atención obstétrica de calidad, incluido el acceso a instalaciones médicas adecuadas y personal capacitado para atender partos seguros.

5

**Detección y manejo de complicaciones:** Se deben realizar pruebas de detección durante el embarazo para identificar cualquier complicación potencial, como preeclampsia, diabetes gestacional o problemas de crecimiento fetal. Además, es crucial que estas complicaciones se manejen de manera adecuada y oportuna para garantizar un parto seguro.

6

**Apoyo emocional y social:** Las mujeres embarazadas necesitan apoyo emocional y social durante todo el proceso de embarazo, parto y posparto. Esto puede incluir el apoyo de familiares, amigos, grupos de apoyo y profesionales de la salud mental para ayudarlas a sobrellevar cualquier estrés, ansiedad o depresión que puedan experimentar.

7

**Planificación y preparación para el parto y el posparto:** Las mujeres embarazadas deben realizar una planificación adecuada para el parto y el posparto, lo que incluye prepararse física, emocional y logísticamente para el parto, así como planificar el cuidado del recién nacido y el apoyo necesario después del parto.