

# AL OTRO LADO DE LA PIEL: TU PARTO Y POSPARTO EN CALMA

Dale a tu maternidad el inicio que se merece



El inicio de la maternidad (desde el embarazo al posparto) **deja una impronta que nos acompañará siempre**. Prepárate para **recibir a tu bebé desde la calma y la conexión**, conoce la fisiología de cada fase del parto y qué puedes esperar, elimina miedos, llénate de recursos para afrontar las sensaciones del parto y **disfruta de una de las experiencias más transformadoras de tu vida, el inicio de tu maternidad**

Conocerás el poder de las visualizaciones y cómo utilizar tu cuerpo a tu favor

- anclajes emocionales
- transformar un entorno difícil en tu lugar seguro
- herramientas para el control del dolor y la transmutación de miedos en creencias poderosas

Algo totalmente novedoso: abordaremos la lactancia en profundidad

- Cómo lograr un agarre profundo
- Cómo son las primeras horas del bebé
- Señales de alerta y cómo actuar



## Primera sesión: La ciencia que respalda el hipn parto

La mente y el cuerpo

Nuestras creencias sobre el parto, cuáles deseamos cambiar

Entiende cómo funciona el parto: fisiología y psicología. El miedo y la oxitocina

Transforma cualquier entorno en un lugar seguro

## Segunda sesión: Crea tus herramientas

Cómo manejar las sensaciones del parto

El entorno

El lenguaje

Anclajes: visuales, olfativo (aromaterapia) auditivos

El movimiento y el parto

Masaje y presiones. Otras herramientas

para el control del dolor

Meditación en pareja

## Tercera sesión: ¡Llegó el gran día! (O noche)

Fases del parto

Visualizaciones

Respiración para cada fase

Recurso para toma de decisiones informadas

Tu plan de parto

Cómo aplicar las herramientas aprendidas

Meditación para el gran día (o noche)

## Cuarta sesión: El posparto y la lactancia

Las primeras horas de vida del bebé

Cuidados del bebé

Fisiología de la lactancia. Establece tu lactancia

Ingurgitación y mastitis

Agarre y sus dificultades

El posparto y el papel de la pareja

## QUÉ CONSIGUES

Al finalizar habrás recibido 12,5 horas de formación, **creado una caja de herramientas individualizada** que podrás utilizar en cada reto que se te presente durante el parto y **llegarás segura a encontrarte con tu bebé, establecer tu lactancia** si así lo deseas, y vivir un posparto en calma

Bonus: Guía lactancia esencial  
Bonus: 15% descuento en el resto de servicios

## ME PRESENTO

Soy Gloria Millán. Enfermera de pediatría, IBCLC (Consultora Internacional de Lactancia) y Educadora Prenatal en Hipn parto



## OPCIONES

Individual: Adaptaremos las sesiones según tus necesidades o preferencias

Grupal: 4 sesiones de 3 horas y media cada una

## LOCALIZACIÓN

Individual: online

Grupal: Presencial u online  
Contáctame para consultar los grupos disponibles

## INVERSIÓN

450 euros pareja  
(programa individual)

250 euros / pareja  
(programa grupal)

Todos los materiales incluidos: Cuadernos de ejercicios, aromaterapia y audios con visualizaciones y otros recursos necesarios

## CONTÁCTAME



@gloriamillan\_



+34 654571122



[hola@elgozodelamaternidad.com](mailto:hola@elgozodelamaternidad.com)



[www.elgozodelamaternidad.com](http://www.elgozodelamaternidad.com)

