

- Estrategias preventivas de la hemorragia puerperal (para parto vaginal y cesárea).
- Estrategias preventivas de las trombosis venosas profundas puerperales (para parto vaginal y cesárea).
- La cura domiciliaria de la episiotomía y de la incisión de la cesárea.
- La involución uterina:



- Los loquios
- Los entuertos

- La tristeza vs depresión postparto:
 - Incidencia
 - Factores desencadenantes
 - Síntomas
 - Manejo

- Reactivación de la vida sexual tras el parto:
 - Mitos
 - Anticoncepción
 - Prevención de molestias

- Rehabilitación del suelo pélvico:
- Descripción anatómica
- Descripción fisiopatológica de la incontinencia urinaria de esfuerzo
- Grados de incontinencia urinaria
- Factores de riesgo
- Estrategia preventiva:
- Ejercicios de Kegel
- Electroestimulación perineal con Tens
- Biofeed-back perineal
- Conos vaginales



Clases de 80 minutos de duración