

– UNIDAD DE MATRONA

Programa de educación maternal y preparación al parto en Clínica Premium.

Proyecto presentado por Ana Belén Méndez Macías, matrona certificada en Reino Unido desde 2007 y en activo en el área de partos del Hospital Costa del Sol.

FOUNDER & MIDWIFE

Ana Belén Méndez Macías

Hospital Costa del Sol · Marbella

DOCUMENTO CONFIDENCIAL
CLÍNICA PREMIUM · MARBELLA

SOBRE LA PROFESIONAL

Ana Belén Méndez Macías

Matrona certificada en Reino Unido desde 2007, con amplia experiencia en el ámbito hospitalario y atención primaria, tanto en servicio público como privado.

Especializada en educación maternal y preparación al parto, embarazo, posparto, lactancia materna y acompañamiento a familias, desde un enfoque integral centrado en el entrenamiento psicoemocional y físico de la mujer embarazada, tanto en español como en inglés.

Actualmente desarrolla su labor asistencial en el área de partos del Hospital Costa del Sol, compaginándola con atención privada personalizada en consulta y domicilio.

Formación complementaria

Yoga prenatal

Pilates

Acupuntura

Hipnosis y parto positivo

Lactancia materna

Masaje infantil

Primeros auxilios

Método AIPAP · ejercicio acuático

Programa de Educación Maternal

Programa de preparación al embarazo, parto, posparto y cuidados del recién nacido, diseñado para acompañar a las futuras madres y sus familias mediante información actualizada, apoyo profesional y herramientas prácticas.

Objetivos del programa

- Preparar física y emocionalmente para el parto.
- Resolver dudas frecuentes del embarazo y puerperio.
- Favorecer una vivencia más segura y tranquila.
- Facilitar el inicio de la lactancia materna.
- Mejorar la confianza en los cuidados del recién nacido.

Formato

- 6 sesiones grupales · 1 clase semanal de 90 min.
- Inicio con grupo mínimo de 7 parejas.
- Modalidad presencial u online.

CONTENIDO POR SESIÓN

6 sesiones de 90 min

| | | |
|----|---------------------------------------|---|
| 01 | Embarazo y bienestar materno | Cambios físicos y emocionales, alimentación segura, higiene postural, signos de alarma y suelo pélvico. |
| 02 | Inicio del parto | Pródromos, cuándo acudir al hospital, manejo del dolor, respiración y papel del acompañante. |
| 03 | Desarrollo del parto | Fase activa, analgesia, fase expulsiva, tipos de parto y toma de decisiones informadas. |
| 04 | Sangre de cordón umbilical | Información sobre conservación y donación. Charla informativa especializada. |
| 05 | Alimentación del recién nacido | Lactancia materna, lactancia artificial, agarre, resolución de dudas y práctica. |
| 06 | Posparto y cuidados del bebé | Recuperación materna, cuidados básicos del recién nacido, sueño, higiene y adaptación familiar. |

Tarifas · Programa de Educación Maternal privado

Sin seguro médico.

Incorporación a grupo (con seguro médico formado)

POR PARTICIPANTE

350 €

Reducido privado · 1 o 2 mujeres (4 sesiones)

POR PAREJA

480 €

Reducido grupal · desde 3 mujeres (4 sesiones)

POR PAREJA

450 €

Especialmente dirigido a mujeres de habla inglesa. Programa orientado a familias internacionales que deseen preparación al embarazo, parto y posparto en su idioma. Modalidad presencial u online.

TALLERES Y WORKSHOPS

Sesiones cortas, foco específico

Formato de 1 o 2 sesiones, individual o grupal. No cubiertos por seguros médicos.

Liberación miofascial con rebozo

Técnicas de relajación y bienestar físico durante el embarazo.

Hipnosis y parto positivo

Herramientas mentales y emocionales para afrontar el parto con mayor confianza.

Trabajo en pareja para el parto

Métodos no farmacológicos de alivio del dolor y apoyo del acompañante.

Primeros auxilios infantiles

Actuación básica ante urgencias frecuentes en bebés y niños pequeños.

Consulta de Matrona

Atención integral durante embarazo y posparto: educación maternal por trimestres, dudas, recomendaciones, valoración puerperal, suelo pélvico, loquios, lactancia y seguimiento del recién nacido.

Tarifas en consulta

| | |
|---|--------------|
| 30 min CONSULTA BREVE / SEGUIMIENTO | 50 € |
| 60 min CONSULTA ESTÁNDAR | 80 € |
| 90 min CONSULTA EXTENDIDA | 120 € |

Tarifas a domicilio

| | |
|--|--------------|
| 60 min VISITA POSPARTO / LACTANCIA | 120 € |
| 90 min EDUCACIÓN MATERNAL EN CASA | 180 € |

MEDICINA TRADICIONAL CHINA

Consulta de Moxibustión

La moxibustión es una técnica de la medicina tradicional china que utiliza calor aplicado en puntos específicos del cuerpo mediante artemisa, con el objetivo de favorecer el posicionamiento fetal en casos de malposición o presentación de nalgas, tras valoración individual.

Tarifa

60 min · Sesión completa

SESIÓN INDIVIDUAL

90 €

La sesión incluye

- Aplicación de moxibustión.
- Regulación mediante acupuntura.
- Tabla de ejercicios complementarios.
- Caja de moxa para uso domiciliario.

Valor añadido del programa

- Impartido por matrona en activo en paritorio del Hospital Costa del Sol.
- Atención cercana basada en evidencia científica actualizada.
- Posibilidad de atención bilingüe (español / inglés).
- Enfoque práctico y personalizado · 1:1 disponible.

Contacto

Ana Belén Méndez Macías

Matrona certificada · UK 2007

Hospital Costa del Sol
Marbella · Costa del Sol**Clínica Premium**

+34 952 865 856

+34 660 333 030 · WhatsApp

info@clinicapremium.com