



Programa de preparação para o parto a partir de Julho

Espaço Fertilidade ajuda grávidas a combater medos e ansiedades

O Espaço Fertilidade inicia no mês de Julho um programa de preparação para o parto, através do método psio profiláctico. O objectivo é a diminuição de medos e ansiedades para enfrentar com tranquilidade o nascimento do bebé. O método baseia-se na aprendizagem de reflexos condicionados que vão favorecer o trabalho de parto.

«O relaxamento e a respiração adequada a cada momento são dois dos temas a ensinar, e talvez os que suscitam maior atenção por parte das futuras parturientes, ainda condicionadas pela ideia da dor no parto», afirma Teresa Almeida Santos, directora-geral do Espaço Fertilidade.

O curso é dirigido por Amélia Cunha, enfermeira especialista em saúde materna e titular do mestrado SIDA – Da Prevenção

à Terapêutica. Esta profissional da saúde prepara há já vários anos as grávidas para o puerpério (período que vai do nascimento ao completo restabelecimento da mãe) e amamentação. As aulas estão abertas a todas as grávidas a partir das 28 semanas de gestação e o curso inclui, 2 aulas práticas e 1 aula teórica, por semana.

O Espaço Fertilidade, localizado na Rua do Brasil, em Coimbra, apresenta um conceito diferente de serviços na área da medicina da reprodução, dedicando-se ao estudo e tratamento de situações de esterilidade, nas vertentes feminina e masculina. De forma integrada e num único local, proporciona aos utentes um atendimento personalizado, num ambiente acolhedor e no menor tempo possível. ●