



Doulas

Curso de Formación

2019-2020 BILBAO

10ª Edición

Esta formación es un punto de encuentro en torno a una experiencia transformadora: el nacimiento y la maternidad.

Es un viaje hacia la naturaleza femenina y hacia nuestra capacidad de acompañar procesos, siendo sostén sin ser interferencia.

Es una propuesta para reflexionar y re-elaborar juntas los conceptos e ideas que hemos ido acumulando sobre el embarazo, el parto y la crianza. Conceptos que dependen del momento social, que cambian y se transforman constantemente, y que a veces tienen poco que ver con las necesidades reales de la madre y el bebé.

Nueve seminarios en los que diferentes voces nos contarán -desde su experiencia- cómo podemos acompañar el proceso de la maternidad y cuál es el papel de una mujer (doula) que acompaña a otra mujer durante ese recorrido existencial.

Un punto de encuentro para reconocer nuestras necesidades, para observar desde dónde miramos, y para volver a nosotras antes de acompañar a otras personas.

Información General de la Formación

- El curso completo son nueve seminarios, un fin de semana al mes, de octubre 2019 a junio 2020.
- Horario: Sábado 10.00 a 14.00 y 16.00 a 19.00 y domingo 10.00 a 14.00
- Los pagos son mensuales y se hacen por adelantado 2 semanas antes de cada seminario.
- Para hacer la matrícula-reserva de plaza se adelantarán 50 € que se descontarán del seminario de junio. No se reembolsarán en caso de no completar la formación. El precio de cada seminario es de 150 €.
- Las plazas son limitadas y se otorgarán por riguroso orden de inscripción.

Información y Reservas

Tfno: 944 666 789

Email: info@regazofeliz.com

OCT 26-27 “Doula y Presencia”

ENEKA BASABE (doula de embarazo, parto, postparto y crianza desde el 2012)

¿Qué es una doula y cuáles son sus funciones? El arte de acompañar, actitud, presencia y herramientas para el acompañamiento.

Escuchar con la mirada y el alma, sin expectativas ni juicios. Acompañar con el tacto consciente. Técnicas de analgesia natural en el parto.

NOV 23-24 “Fisiología del parto - Atención al parto y nacimiento en el hospital y en casa”

SONIA MONTERO (matrona)

Desarrollo del parto (pródromos, dilatación, expulsivo y alumbramiento). Manejo emocional de las distintas etapas. Post-parto inmediato, la necesidad de la tribu y cuidados del recién nacido. Parto en casa y parto hospitalario. Condiciones ideales para un parto. Cómo prepararlo.

DIC 14-15

LEYRE ALONSO, MAIDER GONZÁLEZ Y VIRGINIA PARIS (fisioterapeutas obstétricas, doulas)

“El suelo pélvico como nido, antes, durante y después del nacimiento”

14 Diciembre - Leyre Alonso y Maider González: Muchas mujeres llegan al embarazo sin saber dónde está el suelo pélvico ni para qué sirve, muchas lo descubren de boca de sus matronas en esta etapa y otras lo descubren después, ya que tras el nacimiento la percepción de nuestro yo más íntimo cambia. Tras una etapa como el embarazo y el nacimiento se suceden una serie de sensaciones en el suelo pélvico que la historia ha ocultado desde el tabú y la normalidad, es por eso que en este seminario abordaremos los cambios y “la normalidad post-parto” versus la “patología postparto”.

“Autocuidados del útero y la vagina”

15 Diciembre - Virginia Paris: Despertar nuestro yo interior a través de un viaje por el útero y la vagina. Con esta propuesta de autocuidado regeneraremos la memoria y escucharemos el mensaje del útero y facilitaremos su apertura. También atenderemos a nuestra vagina y aprenderemos herramientas para cuidarla.

ENE 18-19 “Lactancia y Lactancia materna - Crear soporte y acompañar”

NEREA CASAS (Doctora en Farmacia, Asesora de Lactancia, IBCLC, miembro de APILAM)

La lactancia es alimentación, nutrición, crecimiento, desarrollo... y lo es tanto a nivel físico-fisiológico como a nivel psicológico-emocional. Los problemas de inicio, como prevenirlos y solucionarlos. Alimentación, relación y vínculo emocional de la madre y el bebé que lactan. Lactancia materna y alimentación complementaria. Lactancias prolongadas, amamantar durante un embarazo, amamantar en tándem. Continuar con la lactancia durante la vuelta al trabajo, un tiempo en el que el acompañamiento y el respaldo son claves. Redes de apoyo.

FEB 15-16 “La cuna de marfil. Acunar desde la consciencia pélvica”

NAIARA MANDALUNIZ (Instructora y Formadora de Yoga Prenatal. Terapia Corporal Gestalt)

La pelvis, el caldero, ese espacio donde se gesta, vive, crece nuestro bebé dentro del Útero. Cada paso, al caminar supone un movimiento de acunamiento pélvico, siendo reconocido este vaivén por el bebé incluso cuando ya ha nacido y permanece en brazos, sintiéndose más relajado y seguro ante el movimiento familiar. Acompañamiento a la madre gestante hacia la consciencia sobre movimientos estructurales y corporales.

MAR 7-8 "Ciclos femeninos"

REBECA MADRAZO (comadre, doula desde el año 2000, formando doulas desde 2007)

El cuerpo de una mujer es un sistema complejo con cambios cíclicos en su energía, en su hormonaje, y por lo tanto en todos los ámbitos de su ser. Reconocer, aceptar y aprender a moverse con ellos le facilita almacenar profundidad emocional y sabiduría en su cuerpo. Es entonces cuando se descubre como anfitriona de la vida y de la muerte, como un canal para el nacimiento y la energía creativa.

ABR 25-26 "Cuidando el mundo emocional"

ITZIAR CABALLERO (Psicóloga Perinatal y Familia)

La etapa de la maternidad viene cargada de nuevas experiencias vitales, emociones y sensaciones que en determinados momentos pueden desestabilizar el nuevo proceso; se trata de un torbellino vital a nivel físico, emocional y familiar. Por ello, el acompañamiento desde el mimo y el cuidado es fundamental, así como la detección de factores de riesgo que puedan estar implicados en el buen desarrollo del proceso de gestación, parto y crianza.

MAY 16-17 “Acompañar la Muerte a través del Amor”

JILLIAN CASSIDY (Fundación Umamanita Apoyo para la Muerte Perinatal y Neonatal. Loss Doula)

El acompañamiento durante una pérdida gestacional es un trabajo duro pero gratificante. Durante el curso hablaremos de la relación entre la Doula y la familia, técnicas de Acompañamiento, cómo reconocer buenas y malas prácticas, El rol de la Doula dentro del sistema sanitario. Cómo reponer la energía perdida.

JUN 20-21 “Ayudar a cerrar ciclos y crear espacio para lo nuevo” - “El camino de la Doula”

ENEKA BASABE (doula de embarazo, parto, postparto y crianza desde 2012)

El nacimiento y la maternidad-paternidad son experiencias que traen enormes transformaciones y muchas veces generan crisis por el choque entre “cómo éramos”, “cómo somos” y “cómo queremos ser”. Reconciliarse con el cambio, despedirse de quien ya no somos y permitirnos ser- aquí y ahora- facilita integrar la experiencia y disfrutar del camino. Práctica de la técnica de “la Cerrada” para el postparto. Ese también es el camino de la doula.- Cierre del curso – Creación de Redes.