



- *Participan 23 mujeres desde agosto y hasta noviembre 2016.*

**Exitosa convocatoria en Curso de Parto del segundo semestre**

Un total de 23 embarazadas, entre estudiantes y funcionarias de la **Universidad de Costa Rica**, asisten a la segunda convocatoria del **Curso de Preparación Integral para el embarazo, parto y postparto**.

La actividad se lleva a cabo todos los miércoles en el Kiosco de las Instalaciones Deportivas de la **UCR**, en Sabanilla.

“Es muy positivo como la Oficina de Bienestar y Salud ofrece a la comunidad dos oportunidades para desarrollar el curso, por lo que es fundamental que estén en el primer trimestre del embarazo.

Del grupo anterior, la mayoría de las familias gestantes pudo concluir el Curso satisfactoriamente y en esta segunda convocatoria esperamos que la población se involucre de lleno también”, comentó la Dra. Alejandra Marín Hoffman, enfermera de la UPS.

Entre los objetivos específicos del Curso de Parto se encuentran:

1. Promover el respeto por la vida, el intercambio de saberes, inquietudes y experiencias entre pares; así como el aporte interdisciplinario para el fortalecimiento de actitudes, conocimientos y prácticas orientadas al bienestar de las familias gestantes vinculadas a la Universidad de Costa Rica.
2. Instruir de forma integral a las familias en temáticas relacionadas al proceso de embarazo, parto, posparto y primer año de vida del niño(a).
3. Favorecer el desarrollo de habilidades en el uso de técnicas de respiración y relajación, así como de acompañamiento efectivo durante la labor de parto y parto.
4. Promover el empoderamiento por un parto respetado.
5. Fomentar la adopción de la lactancia materna como alimento primordial en los primeros seis meses de vida de los y las infantes.
6. Reconocer la participación de los padres y el papel fundamental que tienen en cada etapa.

Cabe destacar que “este es el Curso en el que más papás hemos tenido de los últimos años” añadió la enfermera Marín.

### Novedades

Además de la incorporación de los chalecos simuladores que reproducen algunas fisiologías del embarazo, para este segundo semestre de 2016, se incorporó la participación de la Escuela de Nutrición con las temáticas de Alimentación Saludable y Alimentación post parto. Participan la docente Marisol Ureña y las estudiantes Claudia Brenes, Daily Cerdas y Yesenia Cerdas.





UNIVERSIDAD DE  
COSTA RICA

**OBS** Oficina de  
Bienestar y Salud

**Datos generales**

*¿Qué?:* Curso de Preparación Integral para el embarazo, parto y post parto.

*¿Dónde?:* Kiosco contiguo a las piscinas, Instalaciones Deportivas de la UCR, Sabanilla.

*¿Cuándo?:* Los miércoles hasta el 16 de noviembre, de 1:00 p.m. a 5:00 p.m.

**La Unidad de Promoción de la Salud se encuentra en:**

\* Web: <http://www.ups-obs.com>

\* Canal YouTube: Unidad de Promoción de la Salud obs-ucr

\* Twitter: UPSalud\_UCR

\* Facebook: Unidad de Promoción de la Salud obs-ucr

**Karol Alfaro Ceciliano/ Mónica Valverde Luna**

**E-mail: [info.ups@ucr.ac.cr](mailto:info.ups@ucr.ac.cr)**

