

Para padres nuevos, el embarazo puede ser alegre y abrumador. Tantas cosas son nuevas y desconocidas. ¿Cómo sabe adónde ir y a quién preguntar para obtener respuestas a todas sus preguntas?

### Las clases prenatales pueden ayudar.

Las clases prenatales, como las que se brindan aquí en Logansport Memorial Hospital, brindan un ambiente amigable y acogedor donde instructores expertos pueden abordar todas sus preguntas e inquietudes. Estas clases también le darán la oportunidad de aprender qué esperar y cómo prepararse mejor para los altibajos del embarazo y cuidar a su nuevo bebé una vez que regrese a casa.

Las clases prenatales no son solo para padres primerizos. Incluso los padres o abuelos experimentados que pueden asumir el papel de cuidadores pueden aprender algo nuevo.



Nuestra meta es poder ayudarte a sentirte más preparada y confiada cuando estés lista para traer tu nuevo bebé al mundo. **¡Nosotros estaremos aquí contigo, cada paso del camino!**

**No hay tarifa de clase para las madres que planean dar a luz en Logansport Memorial Hospital.**

**Para registrarse para nuestras clases prenatales, por favor llame al **574.753.1705**.**

#### **Las clases se pueden ofrecer en español ha pedido.**

Cuando llame para registrarse, por favor hágales saber que necesitará un traductor para su clase y que tendremos uno disponible. Si no hay un traductor disponible, las clases se pueden programar como sesiones individuales para los servicios de interpretación adecuados.

# Clases Prenatales

---

## 2022

---



1101 Michigan Avenue  
Logansport, IN 46947

574.753.7541

[www.logansportmemorial.org](http://www.logansportmemorial.org)



Todas las clases (excepto la clase de Ninera) tomaran lugar en la sala de **FAMILY EDUCATION CENTER**, justo saliendo de los elevadores en el Segundo piso de Logansport Memorial Hospital.

## Clases preparadas para el parto

Esta sesión de un día está diseñada para personas ocupadas que no pueden asistir a una clase integral sobre el parto. Ofrece una descripción general de los conceptos básicos del parto y algunas técnicas esenciales para practicar en casa para prepararse para la labor y el parto. Recibirás un recorrido por el área de partos y la unidad obstétrica.

### Temas incluidos:

- El proceso de labor y parto
- Medidas de comodidad (incluidas técnicas de relajación y respiración)
- Opciones de Parto, medicamentos, anestesia

### Sabado, 9 am—3 pm

Sesion de un dia

Enero 15	Marzo 12
Mayo 14	Julio 16
Septiembre 17	Noviembre 12

## Clase de Lactancia

Esta clase les ayudará a usted y a su pareja a comprender el proceso de lactancia y a aumentar su confianza en la lactancia. Le recomendamos encarecidamente que traiga a su cónyuge, pareja de parto, madre u otro amigo de apoyo.

### Temas incluidos:

- Beneficios de amamantar para ti y tu bebe
- Separar los dichos de los mitos
- Lo basico de amamantar
- Apoyando a la mujer que amamantar
- Regresar al trabajo y escuela
- Recursos en Logansport Memorial Hospital y en tu comunidad
- Apoyar el papel de la persona en la relación de lactancia

### Martes, 6—8 pm

Enero 11	Marzo 15
Mayo 17	Julio 12
Septiembre 13	Noviembre 15

*Si la fecha y la hora de una de las clases no le funcionan, háganoslo saber y podemos trabajar con usted para encontrar algo que se adapte mejor a su horario.*

## Clase de seguridad infantil

Dos de las mejores maneras más importantes de mantener seguro a su recién nacido o bebé es comprender la RCP básica y la importancia de un sueño seguro. Padres, abuelos y cualquier persona que quiera aprender a realizar RCP en bebés de hasta 1 año de edad. Se le enseñará cómo realizar la reanimación cardiopulmonar en un bebé y cómo practicar con un maniquí para recibir instrucciones prácticas.

### Otros temas de seguridad incluidos:

- Sensibilización sobre el SMSL y la importancia de un entorno de sueño seguro
- Prevención de accidentes en el hogar, incluida la seguridad de la piscina
- Prevencion de envenenamiento
- Leyes acerca de la seguridad de los asientos para el automóvil

### Lunes, 4—6 pm

Enero 10	Abril 11
Agosto 15	Noviembre 14

## Clase de Ninera

### Echo en RIVERSIDE PARK en Logansport

Esta clase se enfoca en preparar a los participantes a supervisor, cuidar, y mantener a los niños e infantiles seguros en entornos de cuidados de niños. Los temas cubiertos incluyen seguridad contra incendios, seguridad y protección policial, seguridad en el agua, preparación para el clima, cuidado general de niños, seguridad y primeros auxilios básicos y resucitación cardiopulmonar. **Cada clase es limitada a 30 participantes.**

### 8 am—4 pm

**\$10 por participante; Almuerzo proporcionado**

Jueves, Junio 9	Jueves, Junio 30
-----------------	------------------