

INFORME

Mercedes Ocotepeque 15 de diciembre del 2023.

Presentado Por: Lesli Yohana Ulloa Murillo.
Coordinadora de la Oficina Municipal de la Mujer.

**Asunto: capacitación a club de embarazadas" PRE PARTO, POST
PARTO Y ESTIMULACION TEMPRANA EN LOS BEBE"**



INTRODUCCIÓN

Embarazo es el término utilizado para describir el período en el cual un feto se desarrolla en el vientre o útero de una mujer.

El embarazo es un momento para reflexionar sobre el estilo de vida y para tomar conciencia de cómo afectan los malos hábitos a la salud de las mujeres y a la de sus futuros hijos. Es un tiempo para que la mamá se cuide y la cuiden, para que descanse, mejore el estilo de vida, camine y se alimente mejor.

El embarazo constituye una etapa importante para la mujer, donde experimenta cambios fisiológicos que favorecen el correcto desarrollo del niño, La importancia de la estimulación temprana para los niños y niñas se considera un requisito básico y esencial para el óptimo desarrollo del cerebro, ya que potencia sus funciones cerebrales en todos los aspectos (cognitivo, lingüístico, motor y social). Para un mejor desenvolvimiento en su trayectoria de vida.

El ejercicio pre y post parto en el embarazo puede: Ayudar a bajar de peso, particularmente cuando se combina con una reducción en la ingesta de calorías. Mejorar el estado cardiovascular. Fortalecer y tonificar los músculos abdominales. La realización de ejercicios post parto influye en la mejora de la postura, también mejora la circulación, ayuda en el control del peso, alivia la tensión.

La capacitación a club de embarazadas donde se abordaron los temas de estimulación temprana en los bebés y ejercicios pre y post parto , surge con la necesidad de capacitar en los temas antes mencionados a mujeres que forman parte del club de embarazadas del municipio de Mercedes y a si mismo se realizó con un enfoque enriquecedor de conocimientos en dicha temática contando con la participación de las mujeres presentes en la misma siendo desarrollada por la Municipalidad de Mercedes Ocotepeque presidida por el Sr. alcalde Juan Ángel Hernández a través de la OMM y en coordinación con el CIS de Mercedes Ocotepeque y la participación especial del área de fisio terapia de CRIMO.



OBJETIVO.

Capacitar a las mujeres que forman parte del club de embarazadas del municipio de mercedes Ocotepeque.

Descripción de la Actividad.

La capacitación a club de embarazadas donde se abordaron los temas Estimulación Temprana en los bebés, ejercicios pre- parto y post- parto se realizó en coordinación con el Centro de Salud Eusebio Ventura.

- La capacitación a club de embarazadas bajo Estimulación Temprana en los bebés, pre- parto y post- parto se desarrolló el día 15 de diciembre del presente año 2023, con un horario diario de 10:00 am a 1:00 pm, siendo realizada en el Centro de salud Eusebio Ventura de Mercedes Ocotepeque, con un total de 45 personas participantes.
- Con el apoyo del Centro de Rehabilitación Integral Mercedes Ocotepeque CRIMO y la participación especial de la Fisioterapeuta Fanny Lizeht Mejía, en la capacitación sobre Estimulación Temprana en los bebés, pre- parto y post parto también con la participación de pasante social Maryuri Daniela Turcios en el cual se pretende que las mujeres de todo el municipio se empoderen sobre los temas antes mencionados.



ALIMENTACION DURANTE LA CAPACITACION A CLUB DE EMBARAZADAS

La alimentación durante el desarrollo de la capacitación el día viernes fue de 45 almuerzos con un costo total de L.5,625 (**cinco mil seiscientos veinte y cinco exactos**) se coordinó con Marta Elida Rodesno Hernández, siendo un proveedor del Municipio de Mercedes Ocotepeque.

RECOMENDACIONES

Dar seguimiento y apoyo a club de mujeres en las capacitaciones referentes a los temas estimulación temprana en los bebés, ejercicios pre y post parto.

CONCLUSIÓN:

Club de embarazadas del Municipio de Mercedes Ocotepeque, adquirieron nuevos conocimientos en **EN LA CAPACITACION**, sobre estimulación temprana en los bebés y ejercicios pre y post parto, se realizó en el Centro de Salud Eusebio Ventura, fomentando el espíritu e interés de las participantes, adquiriendo conocimientos de gran importancia durante y después del embarazo.

con el apoyo de la Oficina Municipal de la Mujer en Coordinación con CIS Mercedes y Centro de Rehabilitación Integral Mercedes Ocotepeque CRIMO.

Lesli Yohana Ulloa Murillo.
Oficina Municipal de la Mujer.



ANEXO.

FOTOS DE LA CAPACITACIÓN A CLUB DE EMBARAZADAS SOBRE
ESTIMULACIÓN TEMPRANA EN LOS BEBES Y EJERCICIOS PRE Y POST PARTO.







