

Taller de Musicoterapia y Embarazo

Taller de Musicoterapia para embarazadas: "Cantando a mi niño" Finalidad:

- Ofrecer un espacio de expresión física, emocional y social, para embarazadas, utilizando como medio de acción y trabajo, la Musicoterapia.

objetivos:

- Crear un entorno de seguridad, confianza y contención, tanto para las madres, como para los niños que están por nacer.

- Preparar a las madres en el cambio diario de su cuerpo, ofreciendo herramientas creativas y educativas para afrontarlos.

- Fomentar la comunicación entre la madre y su feto para fortalecer el vínculo creado.

- Acompañar durante todo el embarazo a la madre y estimular al hijo musicalmente, preparando la bienvenida a través del arte. Metodología:

- La definición de la "Asociación Catalana de Musicoterapia" define a esta disciplina con las siguientes palabras:

«La Musicoterapia es la aplicación científica del arte de la música y la danza con finalidad terapéutica y preventiva a fin de poder ayudar a incrementar y restablecer la salud mental y física del ser humano, mediante la acción del profesional musicoterapeuta»;

La Musicoterapia aplicada en obstetricia ofrece un efecto terapéutico tanto para la madre embarazada como para su bebé.

A través de la música, bien con técnicas activas como con técnicas pasivas, se ofrece un lugar para canalizar los miedos y las angustias del embarazo, se realiza un soporte a la preparación física de parto, se prepara a la madre psicológicamente a aceptar todos los cambios derivados de su nueva situación y, sobre todo, se trabaja el vínculo de la madre con su bebé.

Teniendo en cuenta que la mujer embarazada transmite a su bebé su estado emocional, trabajamos con la música para que éste sea lo más favorable posible. TIPO DE INTERVENCIÓN: grupal

- Trabajamos de forma grupal para enriquecer el proceso, pero con un número reducido de usuarias, lo que permite trabajar y responder de forma individual a cada necesidad personal (máximo 8 embarazadas). DURACIÓN Y

PERIODICIDAD DE LAS SESIONES:

- Una sesión semanal con una duración de 1,30hs

REQUISITOS DE INGRESO AL GRUPO:

- Realizar una entrevista individual con las terapeutas.

- Las embarazadas podrán empezar las sesiones de Musicoterapia a partir de su 4º mes de gestación.

- Deben contar con la aprobación de un médico o comadrona para desarrollar esta actividad.

- No deben tener ningún tipo de enfermedad grave o embarazo de riesgo (por la propia seguridad de la madre y el niño). Para mayor información e inscripciones:

- Laura del Río: musicoterapeuta

- Cecilia Barrios: musicoterapeuta Teléfonos de contacto: Tel.: 93 488 18 35 | 678 690 276