

ancara
perinatal



*EN MI EMBARAZO, PARTO Y POSPARTO,
DESEO ME INFORMO Y DECIDO*

CONSULTA

*ESTAMOS CON VOSOTRXS SEA
CUÁNDO SEA, DÓNDE SEA Y CÓMO
SEA EL PARTO Y NACIMIENTO*



CONSULTA

En Ancara Perinatal encontrarás asesoramiento y orientación para la toma de tus decisiones en función de tus necesidades, con *información objetiva*.

Los **motivos de consulta** a vuestra disposición son:

- Atención *prenatal* para una experiencia positiva.
- Observación, seguimiento y acompañamiento en el *embarazo* desde un enfoque de salud.
- Asesoramiento en la toma de decisiones para la elaboración de tu *Plan de Parto y Posparto*.
- Orientación sobre el proceso del *parto* para la autogestión.
- Observación, seguimiento y acompañamiento en el *posparto* desde un enfoque de salud.
- Observación y seguimiento de *vuestra criatura* desde un enfoque de salud.
- Revisión *ginecológica* posparto.
- Asesoramiento de la *lactancia* elegida.
- *Coaching* en organización familiar y personal.
- Revisión *suelo pélvico*: autocuidados, fortalecimiento y recuperación.
- Asesoramiento en *sexualidad* para sentirte bien contigo mismx.

Para esas dudas que aparecen tras salir de la consulta del ginecólogo.

Para todas esas sensaciones que aparecen durante el embarazo y antes del parto pero no sabes que significan.

Para buscar opciones durante el parto o información sobre el proceso que estás viviendo.

- *Asesoramiento telefónico* durante el embarazo, preparto y parto.



Precios según tipo de consulta:

1. Presenciales:

- 60 € por consulta
- Bono de 5 consultas: 250 €

Duración aproximada de una hora.

Pero, si quieres más tiempo.

- 80€ consulta de 2 horas.

2. Telefónica:

- Diurna: 30€
- Nocturna: 60€

Duración aproximada de 30 minutos.

3. Videollamada:

- 60 € por consulta
- Bono de 5 consultas: 250 €

Duración aproximada de una hora.

Pero, si quieres más tiempo.

- 80€ consulta de 2 horas.



¿QUÉ MÁS PUEDES ENCONTRAR EN ANCARA PERINATAL?

SERVICIOS	DESCRIPCIÓN	PRECIO
CONSULTA	Consultas embarazo, posparto, lactancia, suelo pélvico, sexualidad, alimentación complementaria, destete.	60€ / 1 hora 80€ / 2 horas
BONO CONSULTAS	Consultas embarazo, posparto, lactancia, suelo pélvico, sexualidad, alimentación complementaria, destete.	250€ 5 consultas – 1 hora
VISITAS DOMICILIARIAS	Visitas a domicilio embarazo, posparto, lactancia, suelo pélvico, sexualidad, alimentación complementaria, destete.	120 € 2 horas
ASESORAMIENTO TELEFÓNICO	Consulta en el embarazo, parto y posparto.	30€ / diurna 60€ / nocturna
BONO EMBARAZO Y POSPARTO	Visitas a domicilio en el embarazo y/o en el posparto A. 3 VISITAS* B. 5 VISITAS + 1 Revisión Ginecológica GRATIS**	A. 300€ B. 500€ 2 horas cada visita
ACOMPAÑAMIENTO DILATACIÓN Y PARTO EN EL HOSPITAL + 2 VISITAS MATRONA	Acompañamiento de DOULA durante: - Embarazo con encuentros ilimitados - Acompañamiento en el parto en el domicilio y hospital - 3 visitas domiciliarias posparto - 2 visitas de MATRONA durante todo el proceso	1300
PREPARACIÓN AL PARTO + TALLER MOVIMIENTO	Preparación en fin de semana intensivo desarrollada en tres sesiones de 4 horas: - ¿Por qué duele el parto? - El caos en el posparto, lo que nunca te han contado - ¿Qué deseo para mi parto y posparto? Cómo conseguirlo Si lo acompañas con el Taller Movimiento y Preparación Corporal al Parto	150€ / individual 250€ / 2 personas 185€ / individual 300€ / 2 personas
TALLER MOVIMIENTO Y PREPARACIÓN CORPORAL AL PARTO	Taller intensivo dónde tendréis un espacio para redescubrir recursos propios de cara al parto y desarrollar la comunicación corporal para disfrutar y compartir	40€ / individual 65€ / 2 personas
TALLER CONOCIMIENTO Y AUTOGESTIÓN DEL SUELO PÉLVICO	Taller intensivo dónde tendréis el espacio para descubrir, profundizar y entender nuestro suelo pélvico. Desarrollado en dos sesiones de 4 horas con actividades prácticas y proyectos de cuidados.	100€ / individual
TALLER SEXUALIDAD	Taller intensivo dónde se aborda la sexualidad desde una perspectiva del buen trato y tolerancia. Desarrollado en dos sesiones de 4 horas.	100€ / individual
TALLER MI VULVA & MI VAGINA	Taller para la exploración y observación de nuestra anatomía. Duración de 3 horas, para mujeres mayores de edad.	35€ / mujer
TALLER AUTOCUIDADOS EN EL POSPARTO (suelo pélvico y sexualidad)	Taller dónde tendréis un espacio para fomentar el autocuidado y autoconocimiento dónde haremos una introducción al suelo pélvico y la sexualidad en el posparto. Desarrollado en 4 sesiones (1 vez/semana) de 2 horas.	85€ / individual 130€ / 2 personas
CRIANZAS VISIBLES GRUPO APOYO LACTANCIA MATERNA	Espacio de encuentro para las familias donde compartir y explorar el mundo del posparto y la crianza. También un espacio exclusivo para hablar de lactancia materna y compartir experiencia entre todas.	Gratis

* Validez Bono 3 visitas de 1 mes tras la fecha del parto. ** Validez Bono 5 visitas + 1 Revisión Ginecológica GRATIS de 1 año tras la fecha del parto.