ESE HOSPITAL LOCAL SAN JUAN DE DIOS

LINEA: SALUD SEXUAL Y REPREODUCTIVA

ESTRATEGIA: MATERNIDAD Y SALUD POR UN COMIENZO SEGURO

Nombre del profesional: Mary Yuliet Ramirez Gallego

Profesión: Psicóloga

Fecha de ejecución: 31 de mayo 2025 **Hora**: 11:30am

Lugar de la capacitación: Sala de conferencias del hospital

1. NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:

ACTIVIDAD 7: sexto taller por psicología

Temas:

- Comunicación y vínculo afectivo.
- Aplicación del post test.

2. OBJETIVO DE LA CAPACITACIÓN:

Objetivo general: Fortalecer las habilidades de comunicación emocional de las madres gestantes para favorecer el vínculo afectivo con su bebé desde el embarazo.

Objetivos específicos:

- Brindar herramientas prácticas para que las gestantes expresen afecto, amor y seguridad a su bebé mediante el lenguaje verbal, no verbal y corporal.
- Fortalecer el vínculo emocional entre la madre gestante y su bebé, promoviendo prácticas de comunicación afectiva durante el embarazo.
- Brindar herramientas prácticas para que las gestantes expresen afecto, amor y seguridad a su bebé.

3. CURSO DE VIDA

Gestantes

4. METODOLOGIA

Se realizó el cuarto taller por psicología, con el **grupo número 2** de gestantes, en el cual se abordaron los temas:

- ✓ ¿Qué es el vínculo afectivo prenatal?
- ✓ Cómo se desarrolla el vínculo emocional entre madre y bebé.
- ✓ Importancia de la comunicación emocional durante el embarazo: hablarle al bebé, tocar la barriga, poner música, etc.
- ✓ Impacto positivo del vínculo prenatal en el desarrollo emocional del bebé.

Momento 1: Primero se realizó la bienvenida a las gestantes, la presentación del profesional que ejecuta la actividad y se les informa que el taller se realizará de manera participativa y lúdica. Se realizó una actividad rompe-hielo en donde cada madre gestante manifiesta como saluda a su bebe en el vientre todas las mañanas.

Momento 2: Con ayuda de apoyo visual (Diapositivas) se dará a conocer el tema central a las madres gestantes.

Para dar apertura se inicia con la pregunta **¿cómo nos podemos comunicar con nuestro bebe?** Con el fin de reconocer los conocimientos que las madres gestantes tienen, posteriormente

¿Qué es el vínculo prenatal?

La teoría del vínculo prenatal postula que se desarrolla una relación única entre padres y feto mucho antes del nacimiento. El vínculo materno-fetal se asocia con aspectos emocionales y cognitivos que permiten recrear al feto como otro ser humano. Este vínculo se expresa, a través de prácticas de salud dirigidas a buscar la protección y el bienestar del feto.

¿Cómo fortalecer el vínculo con mi bebé en el vientre?

Tocar el vientre para sentir los movimientos fetales, y dar suaves masajes y caricias para relacionarse con el bebé. Escuchar los latidos de su corazón a través de las ecografías en la consulta para sentirse más cerca del bebé.

¿Cuál es la mejor forma de hacer feliz al bebé en la barriga?

- Hablarle los estimula y emociona mucho. La música también los estimula para bien.
- Bailar también es fantástico.
- Tal vez has notado que sin pensarlo acaricias tu barriga.
- Relajarte ayuda a que ellos también se relajen.

- Caminar y pasear.
- Endulza tu vida.

¿Qué le transmite la madre al bebé?

Madres e hijos sincronizan sus ondas cerebrales. Al parecer, los estados emocionales positivos en la madre aumentan esa interconexión y hacen que los bebés sean más receptivos y aprendan mejor, mientras que si la madre está deprimida la conexión con sus hijos se debilita y hay menos evidencia de aprendizaje.

¿Qué relación guarda con los bebés en desarrollo y las embarazadas?

Durante el desarrollo del embarazo, entre la madre y el bebé se forman muy tempranamente lazos psico-sensoriales, porque se perciben el uno a al otro. Tu bebé oye tu voz, percibe cada uno de tus movimientos, se acostumbra a tu forma de hablar, de moverte, de tocarlo y, en general, las características de su entorno.

¿Qué pasa si no se le habla al bebé en el vientre?

Hablarle al bebé cuando está dentro del vientre favorece su desarrollo neuronal y emocional; en ese sentido, contribuye de modo definitivo a estrechar los vínculos afectivos entre padres e hijos

¿Cómo crear un vínculo con tu bebé?

- Amamante.
- Sostenga a su bebé, especialmente piel con piel cuando pueda.
- Establezca contacto visual con su bebé.
- Responda a su bebé cuando llore.
- Juegue con su bebé.
- Hable, lea y cante a su bebé.

¿Qué promueve el vínculo afectivo?

El vínculo afectivo es un lazo de amor, empatía y cuidado mutuo que une a las personas entre sí. Es un sentimiento amoroso que proporciona bienestar y seguridad y es la base y el motor del desarrollo de los seres humanos.

Momento 4: Para finalizar se pide a las madres gestantes ponerse en circulo para realizar algunos ejercicios de estimulación para ello se hace uso de papel celofán y una linterna para que cada madre ponga en su vientre la luz, hacer masajes con crema suave en su vientre repitiendo frases hermosas a su bebe que se encuentra en el vientre y por ultimo se les coloca música estimulante al vientre para que el bebe estimule el sentido del oído.

Para finaliza se dan las siguientes indicaciones a madres gestantes:

- Compartir voluntariamente frases o reflexiones frente al tema.
- Retroalimentación: ¿Cómo se sintieron? ¿Qué aprendieron?
- Recomendaciones prácticas para fortalecer el vínculo afectivo prenatal en casa.

Conclusión

- En un mundo que muchas veces exige rapidez y rendimiento, este espacio permitió hacer una pausa, reconectar y comprender que cada palabra, cada caricia, cada pensamiento dirigido al bebé es una forma de decir: “estoy aquí para ti, incluso antes de que llegues”.

- El reto continúa para cada gestante para que se reconozcan como protagonistas de una experiencia transformadora, y promuevan entornos donde el amor y la comunicación emocional sean parte central del cuidado prenatal.

- Durante el taller contamos con la presencia de 10 mujeres gestantes, 9 mayores de edad, y 1 menor de edad de 15 años; 5 pertenecientes al área urbana y 5 al área rural; adicionalmente, 9 mujeres de alto riesgo y 1 mujer de bajo riesgo.

Yuliet Ramirez G.

YULIET RAMIREZ GALLEGO
PSICOLOGA
T.P:292930