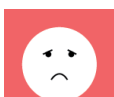
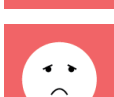
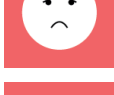
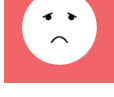
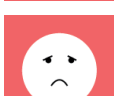




¿Qué es importante para nuestra familia? ¿Y cómo va todo?

Bebé	1. Crecimiento y desarrollo del bebé 	Nuestro bebé ha tenido un buen comienzo: - bebe, crece y duerme bien - está alerta y satisfecho - reacciona a la voz, los olores y el tacto
	2. Amor y vínculo con tu bebé 	Nuestro bebé es bienvenido: - Acepto a mi bebé, le presto atención, respondo a sus necesidades - Tengo en cuenta su vulnerabilidad
	3. Cuidados y seguridad 	Conseguimos dar al bebé lo que necesita: - comida, cuidados, ropa - un lugar seguro para dormir, higiene, calefacción - cuidados médicos, supervisión y atención
	4. Experiencia de ser padre/madre 	Puedo disfrutar de ser padre/madre: - Hablo sobre mis posibles preguntas o inquietudes
Padre/madre	5. Parto y posparto 	El nacimiento de nuestro bebé fue una experiencia positiva: - En caso de complicaciones, se han tomado las medidas adecuadas
	6. Salud y cuidar de ti mismo/a 	Me estoy recuperando bien: - Me cuido bien - Descanso lo suficiente - Tengo un estilo de vida saludable
	7. Sentimientos 	Puedo lidiar con mis sentimientos: - Hablo sobre mis alegrías, inseguridades, dudas y miedos - Puedo lidiar con el estrés
	8. Pareja y división de tareas 	Me siento apoyada/o por mi pareja: - Experimentamos el nacimiento juntos - Hemos acordado la división de tareas
Entorno	9. Vivienda/Trabajo/Dinero/Acontecimientos desagradables 	Nuestra familia está bien: - Estamos sanos y nos sentimos bien - Hay trabajo y suficiente dinero - Vivimos en un lugar agradable - No tenemos acontecimientos desagradables
	10. Familia/amigos/vecinos/matrona/personal sanitario 	Mi familia recibe suficiente apoyo - Nuestra familia y amigos nos ayudan - Los vecinos, la matrona y el personal sanitario nos ayudan cuando es necesario

¿Qué necesitamos ahora?

Me siento seguro/a	A veces me resulta difícil	No me está gustando nada	¡Ayuda!	Me siento impotente
				
				
				
				
				
				
				
				
				
				
				
				
Cuidados básicos	Consejos	Cuidados adicionales	¡Cuidados inmediatos!	Muchos cuidados

GOM 'na de geboorte'

