



# XVI ENCUENTRO SOBRE EMBARAZO, NACIMIENTO Y PUERPERIO

## “EMOCIÓN Y CUERPO”

**Sábado, 18 de noviembre de 2023. Horario: de 10:00 a 14:30h.  
Centro Municipal Integrado “El Llano” C/ Río de Oro, 37 - Gijón**

ORGANIZA:



ASOCIACIÓN DE MUJERES DE  
APOYO A LA LACTANCIA MATERNA

CON LA COLABORACIÓN DE:



GOBIERNO DEL  
PRINCIPADO DE ASTURIAS

CONSEJERÍA DE SALUD



SUBVENCIONA:



**gijón**

Centro Municipal  
Integrado El Llano

**instituto  
asturiano  
de la mujer**

Actividad subvencionada económicamente  
por el Instituto Asturiano de la Mujer

- P R O G R A M A**
- 10:00 - 10:30 h. Inauguración**
  - 10:30 - 11:30 h. "Matronería actual en España", Partera Guerrillera-matrona**
  - 11:30 - 12:30 h. "Educación sexual para una vida reproductiva más saludable y placentera", Irene Aterido-sexóloga**
  - 12:30 - 13:00 h. Descanso**
  - 13:00 - 14:00 h. "Alimentación en las diferentes etapas de la vida fértil de la mujer", Shafikah K.H. Perea-dietista**
  - 14:00 - 14:30 h. Preguntas y testimonios.**

Dirigido a madres, padres y demás familia; profesionales de la atención maternoinfantil y otras esferas sociales. Es un acto presencial y gratuito. No será necesaria inscripción. Los/as bebés y los/as niños/as pueden acudir y permanecer junto a su familia, también habrá cuidadoras de apoyo y un espacio de atención y juego.



### **Partera Guerrillera**

Activista en RRSS, Partera Guerrillera nació en un parto con mucha violencia obstétrica y las secuelas permanecen. Fue matrona, pero ahora estudia para llegar a ser periodista de investigación y reportera de guerra. Usa las redes sociales como terapia. Saber que hay personas que tienen una manera similar de interpretar lo que pasa en el mundo, le hace sentir mejor. *"No cambiaremos el mundo, no eliminaremos la injusticia infinita de base, pero al menos podemos reírnos, burlarnos de nuestros opresores, y buscar juntas la manera de humillarlos, darles el esquinazo y vivir".*



### **Irene Aterido**

Agente de salud (counselor) y socióloga. Actualmente trabaja tanto como **consultora** en sexualidad, género, diversidad e inclusión; como **sexóloga** (en atención individual y en pareja). Ha trabajado como mediadora de salud sexual en el Servicio de Pruebas Rápidas de VIH y sífilis en Centros de Atención Primaria de la Comunidad de Madrid para la DG de Salud Pública. Asesora a profesionales sociosanitarias en psicología del ciclo menstrual e impacto del dolor sexual de hombres y mujeres, trans y cis, y su impacto en la calidad de vida.



### **Shafikah K.H. Perea**

Tecnóloga de Alimentos y Dietista especializada en Nutrición para salud hormonal en la mujer, entre otras especialidades. Trabaja en su propia consulta. Desde muy joven tuvo inquietudes sobre la composición de los alimentos y la influencia de la alimentación en la salud. Autora del ebook *"las hormonas nos revolucionan"*.

La **Asociación Amamantar** está compuesta por madres voluntarias que dan o han dado el pecho a sus hijos e hijas y cuya principal inquietud es compartir sus experiencias con otras familias, escucharlas y ayudarlas en aquellas dificultades en las que la formación y la experiencia de la que se dispone sean útiles.

**ENCUENTROS DE APOYO**, de octubre a junio, entre las 5 y las 7:30 de la tarde. A los que pueden acudir con las/os niñas/os.

- 1er viernes del mes - AVILÉS:** Centro de Salud El Quirinal, C/ Fuero de Avilés, 18.
- 2º viernes - GIJÓN:** Centro de Salud de Puerta de la Villa. Sala de Matronas. C/ Donato Argüelles, 20 (en su defecto y al lado, Centro Nívola C/ José las Clotas, 3, 2º A)
- 3er viernes - OVIEDO:** Hotel de Asociaciones Santullano. Sala 1. C/ Fdez. Ladreda, 48 (frente al C.C. Los Prados).

\*Cuando el viernes coincida en festivo, el grupo se pasará al siguiente viernes

### **ATENCIÓN PERSONALIZADA y GRATUITA**

Solo con cita previa por web, el calendario de citas se abre cada domingo para la semana inmediatamente siguiente:

**AVILÉS:** Punto de Apoyo en Asociación de Vecinos "El Camín", c/ Bernardino Guardado, 19 - Bajo.

**GIJÓN:** Punto de Apoyo en c/ Puerto Cerredo, 8 - Bajo.

Más información en: [www.amamantarasturias.org](http://www.amamantarasturias.org) · [amamantarasturias@hotmail.com](mailto:amamantarasturias@hotmail.com)

C/Laurel, 12 -bajo. Avilés. **INFORMACIÓN GENERAL: 647 801 030**