

# ACOMPAAÑO FAMILIAS DESDE UNA MIRADA RESPETUOSA Y CÁLIDA



MEDELLÍN - COLOMBIA  
2024





# UN POCO DE MI HISTORIA...

## DE DÓNDE VENGO?

Soy Natalia Alzate, nací en la ciudad de Armenia, Quindío.

De profesión soy enfermera de la Universidad del Quindío con más de diez años de experiencia en el área de obstetricia y en la docencia.

Ser enfermera me ha llevado a ser una enamorada por el cuidado de la vida.

## POR QUÉ DOULA?

Después de la experiencia de parto de mi primer hijo entendí que las mujeres y las familias necesitan información, preparación, contención, compañía y mucha empatía.

Y fue allí donde me formé como Doula con Uniremington y Crianza afectiva.

## FORMACIÓN

Formada en atención del parto de bajo riesgo y en atención maternoperinatal en la UPB.

Certificada en el método nacer sabiamente: Información, hipnosis y PNL para un nacimiento sin miedos.

Asesora en Planificación familiar UdeA

Asesora en lactancia intercultural en formación.

Certificada en medicina placentaria.

Partera contemporánea en formación

## SUEÑO...

Con acompañar a muchas familias a vivir una experiencia muy positiva de su rol, sin culpas, desde el amor, el respeto y la información.

Cuando llega una nueva vida al mundo, nace no solo una nueva familia, sino nuevos aprendizajes, nuevas dinámicas y retos.



## ACOMPañAR, CONTENER Y CUIDAR...

Son mi mayor propuesta.

## RESPECTO CADA DECISIÓN DE LAS FAMILIAS.

Desde la concepción de nuestros hijos, el parto, la crianza y la vida misma son tan íntimas que requieren el mayor respeto.

Y desde allí se debe acompañar con amor.



## EL MEJOR RECUERDO QUE PUEDES TENER...

Como mujer sentirte fuerte, poderosa y amada.  
Como hombre sentirte presente, valioso y compasivo.

## DESDE LA MIRADA DEL RESPETO...

El comienzo de la vida lo viviremos con plena consciencia, por medio de: Meditación, conexión, información actualizada y basada en la evidencia, preparación centrada en las necesidades de cada familia.  
Poco a poco y con mucho amor.

*El parto debe ser una experiencia maravillosa.*





# SERVICIOS

## PREPARACIÓN DURANTE LA GESTACIÓN

La realizamos a través de encuentros virtuales y tienen una duración de dos horas aproximadamente.

En los encuentros previos al parto nos preparamos de manera consciente para vivir la maravillosa experiencia de convertirnos en madres y/o padres. Todo con evidencia científica.

## ENCUENTROS

Mi acompañamiento se divide en dos partes una parte teórica (curso virtual) y otra parte en vivo experiencial.

En los encuentros virtuales dialogamos sobre las expectativas, las emociones actuales y los acuerdos sobre el parto y el posparto.

Encuentro prenatal de lactancia con asesora de lactancia.

Elaboramos plan de parto.

Virtuales: Ejercicios durante la gestación, dinámica del parto, intervenciones médicas rutinarias y mucho más.



Cada encuentro virtual por separado tiene un costo de \$75 USD



# SERVICIOS

## DESPEDIDA DE GESTACIÓN (BLESSINGWAY)

Es un encuentro muy especial en el que despedimos la gestación de la manera más hermosa, lleno de deseos e intenciones para la nueva familia. Pintamos la barriga de mamá y le damos toda la fuerza y la luz que necesita para el parto y la vida misma. Esta tiene una duración aproximada de tres horas.

Lo realizo con la personas más cercanas a mamá.

## ACOMPAÑAMIENTO DURANTE EL PARTO

Comienza cuando te encuentres en la fase activa del trabajo de parto en el hogar o clínica y estaré todo el tiempo conectada de forma virtual a través de videollamada acompañándote a ti y a tu familia, brindando lo mejor para que tu experiencia sea inolvidable. Incluye mi acompañamiento en el postparto inmediato hasta cuatro horas, garantizando primera hora sagrada, contacto piel con piel y acompañamiento en lactancia en la primera hora de vida.

En casos de cesárea no se permite grabar ni realizar videollamada durante el procedimiento.

# SERVICIOS

## ENCUENTRO POSTPARTO

Este encuentro se realiza dentro de la primera semana del postparto y el fin es garantizar que mamá, papá y bebé se encuentren bien.

Valoro no solamente física, sino emocional y espiritualmente. Amo fusionar todas las herramientas que tengo en mis manos.

## CIERRE DE CUARENTENA

Para este encuentro es importante saber que debes tener a alguien en casa para que te pueda preparar todo.

Realizamos un ritual super especial en el que agradecemos al cuerpo, al alma, a la mente y al entorno por la vida que se gestó, por los cambios que ocurrieron durante la gestación.

Incluye:

- Las recetas para la preparación de infusión de frutas de tu preferencia, baño con plantas medicinales y vaporización del piso pélvico con plantas medicinales.
  - Cierre de cadera (de acuerdo a tus necesidades).
- Es un día para ti, para que descanses y para cerrar un ciclo de 40 días y 40 noches que nos traen muchos aprendizajes.

La despedida de gestación y el cierre de cuarentena tienen un costo de \$95 USD cada una.

El paquete full incluye: Bendición de camino (despedida de gestación y cierre de cuarentena).





# CURSO VIRTUAL



## CONTENIDO

- Tendrás acceso al curso virtual que diseñé para ti en el que encontrarás muchísima información.
- Lo podrás ver en tus tiempos y a tu ritmo.
- Son más de 30 videos en los que podrás entender el trabajo de parto, parto y cesárea. Intervenciones médicas y recomendaciones de la OMS.
- Medidas de confort durante el trabajo de parto.
- Cómo me debo preparar para el parto?
- En qué momento debemos salir para la clínica en caso de ser parto hospitalario?
- Ejercicios específicos para la preparación del parto, posicionamiento óptimo y cómo evitar desgarros en el parto.
- (Posturas que benefician a mamá y bebé).
- Recomendaciones de compras durante la gestación.
- Rol de tu pareja y tu acompañante.
- Plan de parto y posparto
- Meditaciones para que conectes con tu bebé.
- Y mucho más!



# DESCRIPCIÓN DE LOS ENCUENTROS VIRTUALES

## GESTANDO LA VIDA

En este encuentro hablamos de las emociones que se mueven durante la gestación, los cambios a nivel físico, mental y emocional y la forma en la que podemos transitarlos de la mejor manera, también hablamos un poco del posparto y cómo nos podemos preparar para este momento transformador.

Es un encuentro de unión y reflexión.

## PLANEANDO EL PARTO

En este encuentro hablaremos sobre las expectativas frente al parto, resolvemos dudas y elaboramos el plan de parto.

Dialogamos frente a lo que vamos a necesitar en casa para el parto.

Además de organizar maleta para el parto con todo lo necesario e indispensable.



# DESCRIPCIÓN DE LOS ENCUENTROS VIRTUALES

## PREPARANDONOS PARA LA LACTANCIA

Para este encuentro utilizamos módulos de lactancia en los que vemos la anatomía de la mama, aprendemos como se produce la leche materna, resolvemos dudas sobre posturas, agarre y qué necesitamos tener en nuestro hogar para lograr una lactancia materna exitosa.

Este encuentro es realizado por Johana Ospina, enfermera profesional, Doula y asesora de lactancia.

## LACTANCIA EN EL POSPARTO

En este encuentro se realiza seguimiento a la lactancia virtual, resolviendo dudas y acompañando las posibles dificultades que se puedan presentar los primeros días de vida.

Además de acompañar de forma individual cada necesidad propia de mamá y bebé,

Este encuentro es realizado por Johana Ospina, enfermera profesional, Doula y asesora de lactancia.



# PAQUETES

## PAQUETE DE ACOMPAÑAMIENTO BÁSICO

- Curso de preparación al parto virtual.
- Un encuentro de preparación previo al parto.
- Acompañamiento virtual durante el trabajo de parto, parto y posparto en clínica o en casa.
- Un encuentro de seguimiento en el posparto durante la primera semana.

## PAQUETE DE ACOMPAÑAMIENTO FULL

- Curso de preparación al parto virtual.
- Tres encuentros de preparación previos al parto.
  - Bendición de camino.
- Acompañamiento virtual durante el trabajo de parto, parto y posparto en clínica o en casa.
- Dos encuentros de seguimiento en el posparto durante las primeras semanas.
- Cierre de cuarentena.



El paquete básico tiene un costo de \$770 USD



El paquete full tienen un costo de \$970 USD

GRACIAS A LAS MUJERES Y HOMBRES  
QUE ME HAN PERMITIDO CAMINAR A SU  
LADO...

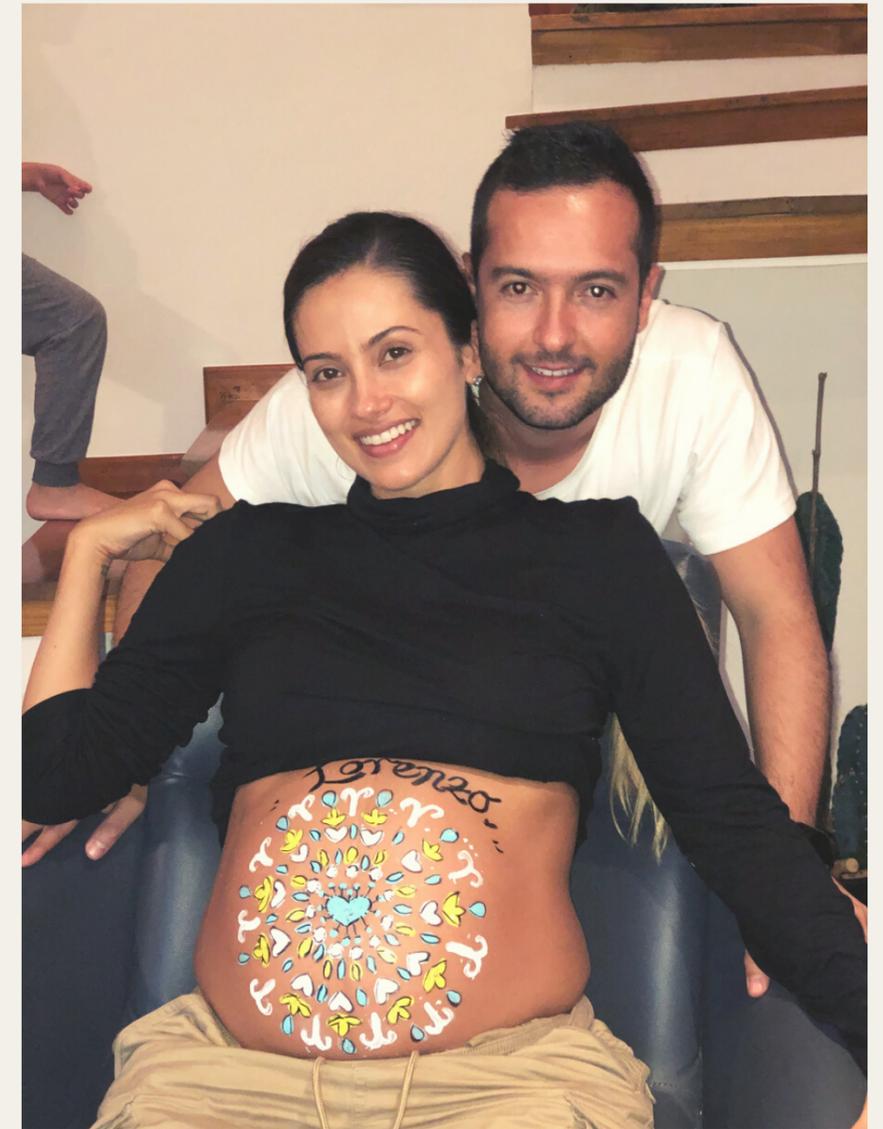


# MI TRABAJO...

Lo importante siempre será la construcción de conocimientos mutuos, lo que yo sé y lo que yo soy...  
Acompañándote a transitar cada una de tus emociones.



*Acompaño con amor  
el milagro de la  
vida.*



# CÓMO PUEDO ACOMPañARTE?

## CUÁNDO COMENZAR?

Las familias son las que deciden en qué momento comenzar a prepararse de manera consciente para el rol que van a ejercer cuando nazca el bebé, la recomendación sería mínimo antes de la semana 30 de gestación. Incluso algunas familias lo hacen antes de buscar un bebé.

## FORMA DE PAGO

La forma de pago la acordamos en el primer encuentro (cuando realizamos la firma del contrato), debe realizarse el pago total antes de la semana 37 de gestación. Los pagos se pueden hacer en efectivo o mediante transferencia bancaria a la cuenta de ahorros de Bancolombia N° 01588397510. A nombre de Natalia Alzate V.



# ALIADOS



JOHANA OSPINA

Es mamá, enfermera profesional, Consultora prerinatal, doula y asesora de lactancia materna. Con experiencia de más de 8 años acompañando familias durante su gestación, trabajo de parto y posparto.





Respeto profundamente las decisiones de cada familia y te acompaño con tranquilidad y amor.

CORREO: [parirenamor@gmail.com](mailto:parirenamor@gmail.com)  
TELEFONO: 57 3103857788  
INSTAGRAM: [@parirenamor](https://www.instagram.com/parirenamor)

Parir en amor es una marca registrada ante la Superintendencia de Industria y comercio.

MEDELLÍN - COLOMBIA  
2024



*Que la llegada de tu bebé al mundo sea la mejor experiencia..*

Las fotografías aquí publicadas fueron autorizadas por las familias bajo la ley 1581 de 2012 ley de protección de datos\*

