

**ESCUELA OFICIAL DE HIPNOSIS CLÍNICA DIRECTA EOH  
AFILIADA A LA SOCIEDAD INTERNACIONAL DE HIPNOSIS CLÍNICA DIRECTA SIHC  
EN COLABORACIÓN DIRECTA CON LA CLÍNICA HPSIS**

## Curso 26 - Hipno Parto

Hipnosis Clínica Directa en la preparación al parto sin dolor



<http://hipnosis.es>

<http://hipnosis.biz>

<http://hipnosis.info>

email [info@hipnosis.info](mailto:info@hipnosis.info) skype [joan\\_luz](#) teléfono y whatsapp (+34) 629 66 22 22

Copyright © 1982. Todos los derechos reservados. No está permitida la reimpresión de parte alguna de esta obra, ni tampoco su reproducción, ni utilización, en cualquier forma o por cualquier medio, bien sea electrónico, mecánico, químico o de otro tipo, tanto conocido como los que puedan inventarse, incluyendo el fotocopiado o grabación, ni se permite su almacenamiento en un sistema de información y recuperación, sin el permiso anticipado y por escrito del autor

## ÍNDICE

- 01.- Introducción
- 02.- Fisiología de la fecundación, embarazo, parto y nacimiento
- 03.- Papel de las hormonas que intervienen en el acto sexual, parto y lactancia
- 04.- Cambios fisiológicos durante el embarazo y el parto
- 05.- Cambios molestos durante el embarazo
- 06.- Enfermedades durante el embarazo
- 07.- Parto pisco profiláctico. Parto sin dolor
- 08.- La importancia de la pareja
- 09.- Nutrición y embarazo
- 10.- Recomendaciones dietéticas
- 11.- Ejercicio durante el embarazo

## Descripción del curso

Una de las cosas que más atemoriza a la mayoría de las mujeres embarazadas es el momento del parto, sobre todo si es la primera vez.

Este sentimiento de temor, miedo y ansiedad es normal, puesto que la mujer se está enfrentando a una situación desconocida, y en ocasiones ha escuchado la experiencia de otras mujeres, lo cual a veces no es muy alentador. Incluso algunas madres que se enfrentan a un segundo o tercer parto, también experimentan estas sensaciones, en mayor o menor grado.

Sin embargo, algunas madres afirman haber tenido un parto relajado y sin medicación con la ayuda de una técnica llamada hipnosis para el parto o Hipnoparto.

La autohipnosis para el trabajo de parto, además de ser una técnica, se considera una filosofía.

La describió Marie Mongan en su libro *Hypnobirthing, A Celebration of Life* (Hipnoparto: Una celebración de la vida), publicado en 1989. En él explica la técnica de la autohipnosis para evitar el miedo durante el parto, que según Mongan, es lo que causa el dolor intenso.

Mongan es una reconocida hipnoterapeuta certificada, licenciada también en hipnoanestesiología e instrucción de hipnoterapia, y ha dedicado su vida a atender mujeres durante el parto y en sus experiencias de ser madre en general.

Mongan tuvo cuatro hijos sin usar medicación durante el parto, basándose en los trabajos del Dr. Jonathan Dye (*Easier Childbirth*, 1891) y el Dr. Grantly Dick-Read (*Birth Without Fear*, 1940), dos obstetras pioneros en el parto natural sin medicación.

La técnica y filosofía del hipnoparto suele impartirse en cursos que duran varias semanas, enseña como no tener miedo al parto a través del poder de la mente, usando respiración, visualización y afirmaciones positivas. También incluye clases sobre nutrición, ejercicios y masaje perineal.

El objetivo es que la madre aprenda a apreciar el conocimiento innato de su cuerpo, y a relajarse durante el proceso del parto, para poder trabajar en conjunto con su bebé y lograr un parto sin medicamentos y sin dolor.

El hipnoparto requiere dedicación y práctica, y la pareja de la madre también juega un papel muy importante, ya que esta filosofía considera que el parto es una extensión de la sexualidad de la pareja y requiere de una colaboración mutua.

Para Keeler, el hipnoparto se basa en creer que el alumbramiento es un proceso natural y saludable. “El miedo y la ansiedad hacen que el cuerpo se tense y no funcione normalmente, es por miedo y ansiedad que la sangre se traslada del útero a otras áreas del cuerpo para combatir el estrés, haciendo que el parto sea largo y doloroso”.

El hipnoparto permite que una mujer entre en un estado profundo de relajación, cree una mentalidad positiva y dé a luz de una manera calmada y sin ningún tipo de medicamentos.

Keeler opina además, que aprender esta técnica ayuda a las mujeres incluso después del parto, “las vuelve más seguras y este sentimiento de logro y confianza en si mismas juega un papel importante en sus vidas”.

Por otro lado, el hipnoparto solo se recomienda si la madre tiene un embarazo sin ningún tipo de complicación ni riesgo, no está indicado en mujeres con historia de psicosis, fobias y otras condiciones mentales, ya que en estos casos puede ser complicado.

También es importante que la mujer este abierta a otras opciones, y se sienta tranquila y con la seguridad de que puede solicitar en cualquier momento el apoyo de anestesia epidural, en casos de emergencia o complicación del parto.

Además, los conocimientos adquiridos durante la enseñanza de esta filosofía, también le ayudaran a mantener la calma en estas situaciones, y cooperar de la mejor manera con la conducta medica que se deberá llevar a cabo.

Copyright © 2008. Todos los derechos reservados. No está permitida la reimpresión de parte alguna de esta obra ni tampoco su reproducción, ni utilización, en cualquier forma o por cualquier medio, bien sea electrónico, mecánico, químico o de otro tipo, tanto conocido como los que puedan inventarse, incluyendo el fotocopiado o grabación, ni se permite su almacenamiento en un sistema de información y recuperación, sin el permiso anticipado y por escrito del autor

## Webs de interés

Sociedad Internacional de Hipnosis Clínica SIHC & Escuela Oficial de Hipnosis EOH

	<a href="http://hipnosis.es">http://hipnosis.es</a>
	<a href="http://facebook.com/hipnosisclinica">http://facebook.com/hipnosisclinica</a>
	<a href="http://facebook.com/hipnosis.sociedad">http://facebook.com/hipnosis.sociedad</a>
Tienda OnLine	<a href="http://hipnosis.biz">http://hipnosis.biz</a>
Clínicas de Hipnosis:	<a href="http://hipnosis.info">http://hipnosis.info</a>
Clínica de Hipnosis para tratamientos OnLine	<a href="http://hipnosisvalencia.info">http://hipnosisvalencia.info</a>
Escuela Oficial de Hipnosis Clínica (antigua web)	<a href="http://hipnosisclinica.es">http://hipnosisclinica.es</a>
Guía Internacional de Hipnoterapeutas Profesionales:	<a href="http://hipnosis.pro">http://hipnosis.pro</a>
Centro Hipnosis Clínica especializado en desintoxicación	<a href="http://cocaina.es">http://cocaina.es</a>

Para cualquier aclaración puede llamarnos al teléfono (+34) 629 66 22 22 los 365 días del año, consultar la web de la Escuela Oficial de Hipnosis Clínica <http://hipnosis.es> enviarnos un email [info@hipnosis.info](mailto:info@hipnosis.info) o llamarnos por Skype al usuario Joan\_Luz

Sin otro particular y a la espera que el contenido de este documento sea de su interés para inscribirse en alguno de nuestros planes de formación y obtener la titulación acreditativa correspondiente, se despide atentamente

Joan\_Luz      [info@hipnosis.info](mailto:info@hipnosis.info)

Skype          Joan\_Luz

Oficinas en Madrid, Barcelona, Sevilla, Valencia, Asunción, Bogotá, Florida, México, Santiago de Chile, SP Sao Paulo - SC Florianópolis



## Teléfonos de atención 24 horas 365 días:

Escuela Oficial de Hipnosis Clínica EOH: +34 629 66 22 22

(disponemos de WhatsApp, Telegram, Hangouts, Facebook Messenger, Viber, Line y ChatOn)

Sociedad Internacional de Hipnosis Clínica SIHC: +34 963 44 45 45

Editorial Hipnoterapia Clínica SL: +34 962 33 80 60 / +34 902 88 83 48

Agenda Máster y Doctorado alumnos en prácticas: +34 960 65 33 33

Agenda prácticas en desintoxicación: +34 902 10 24 04

Si se encuentra fuera de España en un país con delegación, puede llamarnos a coste de llamada local marcando el número indicado:

Brasil SP São Paulo - SC Florianópolis: (+55) 11 3042 3567

Chile - Santiago de Chile: (+56) 2 2979 7070

Colombia - Cartagena de Indias: (+57) 31 03 90 90 21

Estados Unidos - Florida - Tallahassee: (+1) 85 0391 0407

México - México DF: (+52) 55 8421 7207



ACCESO A TIENDA ONLINE



Consulte nuestras redes sociales...

Copyright © 1982 info@hipnosis.info

Todos los derechos reservados. No está permitida la reimpresión de parte alguna de esta obra, ni tampoco su reproducción, ni utilización, en cualquier forma o por cualquier medio, bien sea electrónico, mecánico, químico o de otro tipo, tanto conocido como los que puedan inventarse, incluyendo el fotocopiado o grabación, ni se permite su almacenamiento en un sistema de información y recuperación, sin el permiso anticipado y por escrito del autor Joan Luz de la editorial Sergraf Integral SL