

Tres matronas de Castilla y León, premiadas por este innovador proyecto

Ayudan a las madres a gestionar sus emociones antes y después del parto



10/11/2023

[Roberto Macedonio](#)

Saber identificar nuestras emociones es fundamental para abordar cualquier situación de cambio en nuestras vidas. Durante el proceso del embarazo, las madres se enfrentan a todo tipo de sentimientos: alegría, tristeza, preocupación... **Tres matronas de Castilla y León han desarrollado un proyecto que ayuda a canalizar este tipo de situaciones emocionales.**

La idea partió de Elena Nieto, matrona del Hospital de Palencia. Nieto explica cómo surgió todo: "les dije a mis compañeras: oye, qué os parece si presentamos como proyecto innovador el espacio de la consulta de la matrona para abordar las emociones con las madres". Dicho y hecho. Lo que no esperaba es que su idea resultaría ganadora del premio nacional del Congreso de la Federación de Matronas.

Escribir cada emoción

Lo que han creado exactamente es un **cuaderno guiado en el que las madres pueden escribir cada emoción que van sintiendo, esto las ayuda a sentirse mejor durante el proceso del embarazo y después del parto**, "porque validarlas y poner nombre a las emociones es una herramienta para luego saber gestionarlas", explica Concha Fernández, matrona del Centro de Salud Arturo Eyries de Valladolid, que también ha formado parte de este proyecto.

Cada madre describe diferentes situaciones en la libreta, cosas como "tengo ganas de reír, luego ganas de llorar, ahora estoy contenta, ahora enfadada..." porque "es un periodo en el que hay muchísimos cambios a nivel físico, evidentemente, dado que la mujer acaba de parir", nos cuenta Ana Martín, matrona del Hospital de Burgos.

VÍDEO:

<https://www.cyltv.es/noticia/3f287754-abc4-a348-88f30c52ab438195/20231110/Tres-matronas-de-Castilla-y-Leon-premiadas-por-este-innovador-proyecto>