



VOLVERTE A VER



VOLVERTE A VER

Sabemos que acabas de vivir una de las experiencias más transformadoras de la vida: traer una nueva vida al mundo. En esta etapa tan especial, queremos acompañarte en este hermoso proceso, brindándote el cuidado y atención que mereces.

Volverte a Ver es ese abrazo que necesitas después del parto, es un programa diseñado para apoyarte en tu recuperación física y emocional. Este programa no solo te ayudará a recuperar tu bienestar físico, sino que también te permitirá reconectar contigo misma, adaptarte a los cambios y encontrar un espacio donde el cuidado y el autocuidado sean prioridad.



En Volverte a Ver te acompañamos en tu recuperación a través de cuatro áreas clave: **fisioterapia, nutrición, actividad física y estética**. Hemos creado un espacio seguro y acogedor, donde contarás con expertos que te guiarán en este proceso de manera integral y coordinada.

Este programa es un abrazo cálido para recordarte que el bienestar de la mamá, es tan importante como el del bebe.

Si estás lista para dar este paso hacia tí misma, estaremos encantados de acompañarte.





FISIOTERAPIA

- Incluye **8 sesiones** para recuperar todas las estructuras que hayan podido verse afectadas durante el embarazo y el proceso del parto.

NUTRICIÓN

- Desde el área de nutrición te acompañamos y cuidamos después de una etapa en la que tu cuerpo experimenta muchos cambios.
- Realizamos un diagnóstico inicial de escucha activa y entendimiento de necesidades.
- **1 sesión** inicial para realizar el programa específico y **2** de seguimiento.

¿Qué áreas trabajaremos?

ESTÉTICA

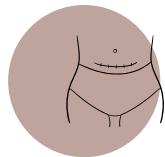
- La unidad de estética contribuye con la salud de la piel, trabajando en su firmeza y elasticidad para potenciar los resultados de tu recuperación física.
- **10 sesiones** que combinan radiofrecuencia Indiba y otras técnicas para regenerar tejidos, desinflamar, drenar para lograr resultados visibles.
- Un espacio para relajarte y disfrutar de un momento de bienestar emocional mientras cuidas de ti, en ese "ratito".

ACTIVIDAD FÍSICA

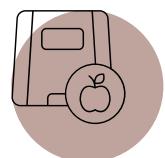
- Realizamos una valoración inicial de la paciente para ver sus objetivos, contraindicaciones y estado general antes de comenzar el programa.
- Realizaremos **12 sesiones** de entrenamiento personal para trabajar reeducación postural, biomecánica, abdomen profundo, ejercicios respiratorios y un sinfín de movimientos que harán que te recuperes adecuadamente.



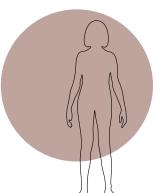
¿POR QUÉ LAS 4 UNIDADES JUNTAS?



El trabajo conjunto de estas cuatro unidades permite abordar tu recuperación de manera holística.



No sólo atendemos los síntomas físicos o estéticos sino que promovemos un equilibrio integral entre tu bienestar físico, mental y emocional.



Además como somos un centro médico especializado, todos nuestros servicios están supervisados por profesionales de la salud, esto nos permite garantizar que cada paso que damos en tu proceso de recuperación está respaldado por ginecólogos , lo que brinda seguridad a todo el programa.

Cada unidad realizará una evaluación inicial de la paciente y según los resultados obtenidos, programamos los objetivos junto con el resto de las áreas implicadas.



VOLVERTE A VER

- Fisioterapia: 8 sesiones
- Nutrición: 3 sesiones
- Estética: 10 sesiones
- Actividad física: 12 sesiones

2.070€



**Cuidamos de ti para
que te reencuentres
contigo misma.**

La calidad está en el corazón

Si deseas más
información o tienes
cualquier pregunta,
no dudes en contactar
con nosotros.



[+34 608 023 233](tel:+34608023233)



info@bmum.es



VOLVERTE A VER

