



STUDIO DIETISTICO  
DR.SSA FRANCESCA PAVAN

Per informazioni e iscrizioni rivolgersi  
telefonicamente alla segreteria dello Studio  
Dietistico Pavan nei seguenti giorni e orari:

Lunedì dalle 8:00 alle 14:00

Martedì dalle 14:00 alle 20:00

Mercoledì dalle 8:00 alle 14:00

Giovedì dalle 14:00 alle 20:00

Venerdì dalle 8:00 alle 14:00

Sabato dalle 8:00 alle 14:00

*“ Un bambino non può esistere da solo,  
ma è essenzialmente parte di una relazione.*

*La cosa più importante è che Io sono  
non significa nulla, se non c'è il presupposto*

*di*

*Io all'inizio sono insieme*

*ad un altro essere umano“*

*(Winnicott)*

## **PROGETTO ALIMENTAZIONE IN GRAVIDANZA E ALLATTAMENTO**



*Via G. Falcone, 16 - 30020 Musile di Piave (Ve)*

*Tel. 0421.331981 Fax 0421.456889*

*[www.studiodietisticopavan.it](http://www.studiodietisticopavan.it)*

I nove mesi di gestazione si accompagnano a cambiamenti graduali che riguardano il corpo e la mente nella loro complessità. Questo tempo necessario alla maturazione e completo accrescimento fetale, è altresì necessario alla maturazione delle “competenze genitoriali” che sono alla base del legame madre-figlio. L'instaurarsi della gravidanza implica per l'organismo femminile una serie di mutamenti biologici che non possono essere scissi da variazioni altrettanto importanti di natura psicologica.

La situazione da gestante implica che tutta l'unità psicofisica è impegnata all'adattamento alla nuova situazione. Il corpo da una parte, in maniera del tutto fisiologica e senza l'intervento della volontà, si adegua gradualmente al nuovo stato, mentre dinamismi più sottili e delicati entrano in gioco per quanto riguarda l'adattamento psicologico.



Il progetto è suddiviso in 2 incontri aventi le seguenti tematiche:

**1- L'alimentazione durante i 9 mesi: mangiare per due?? NO mangiare due volte meglio.**

A cura della Dr.ssa Francesca Pavan, Dr.ssa Lisa Pirovano - dietiste .

**L'alimentazione in pratica durante l'allattamento**

A cura della Dr.ssa Francesca Pavan, Dr.ssa Lisa Pirovano - dietiste .

**2- Il corpo che muta: come ci prepariamo all'evento della nascita-separazione del bambino?**

A cura di Dr.ssa Dr.ssa Consuelo Maritan -psicologa ad orientamento dinamico breve.



Il percorso si divide in 2 lezioni di 2 ore ciascuna

con un numero di partecipanti compreso tra le 4 e le 6 persone.

Al termine dei 2 incontri verrà rilasciato un manuale informativo inerente l'intero percorso che le neomamme potranno successivamente consultare.

