

5 cosas que debes preparar antes del parto

Mama Strut, dispositivo patentado, diseñado para hacer del embarazo una etapa más confortable y segura para la nueva mamá, llega a México. Durante la conferencia de prensa que se llevó a cabo en Único Spa and Beauty Concept, se contó con la presencia de celebrities que han probado el producto, Rosario Durón, Gineco-obstetra con especialidad en Medicina Materno Fetal y Diagnóstico Prenatal y la directora general de la marca Ethel Mora, quienes dieron a conocer la historia del producto y sus beneficios.

Mama Strut, está diseñado para el cuidado pre y post parto, ayudando a recuperar más rápido la talla y figura, así como a disminuir las molestias del postparto a través de su sistema de compresas frío/calor. Para todas esas mamás primerizas, Mama Strut comparte las 5 cosas que se deben saber y hacer antes del parto.

- 1. Preparativos.** Te recomendamos empezar por partes. En casa debes asegurarte de tener: el cuarto del bebé con todo lo necesario dentro de él, además de tener a la mano pañales, aditamentos para el baño, cremas, pomadas, biberones y el número del pediatra siempre a la mano. No olvides tener tu auto siempre con gasolina y tu bolsa del hospital completa, ésta deberá incluir por lo menos: tres juegos completos de ropa de cambio para tu bebé en el hospital, algunos pañales tamaño recién nacido y crema balsámica.
Entre tus cosas incluye un camisón amplio, bata y pantuflas, así como la ropa que utilizarás para salir de la clínica o del hospital. Por último, no olvides los documentos del hospital y seguro, así como, los papeles que necesitarás para inscribir a tu bebé en el registro y realizar los primeros trámites tras su nacimiento.
- 2. Descansa.** Toma un desayuno en la cama y empieza a disfrutar de un maratón de películas, series, revistas y una buena tarde de juegos de mesa y plática con tu pareja. Almuerza, mira más televisión, duerme una siesta, toma la merienda, date un baño de burbujas y prepárate para la cena. Saborea este momento en el que nadie te necesita excepto tú, porque pronto eso va a cambiar drásticamente.
- 3. Disfruta.** El embarazo puede irse más rápido de lo que pensamos, por ello, disfruta cada etapa y opta por momentos únicos y especiales como el tomar una sesión de fotos con tu pareja, hacer un baby shower o disfrutar de una tarde con tus amigas. De igual manera puedes escribir un diario en el que le cuentes a tu bebé cómo te sientes y enseñárselo cuando sea grande. Sin duda, al pasar los años y ver todos los recuerdos de tu embarazo estos serán únicos.
- 4. Ponte cómoda.** Hoy en día, en el siglo XXI existen opciones tanto en lencería, pijamas, como en ropa y zapatos especialmente diseñados para las nuevas mamás, que además de ser súper cómodos, son opciones modernas, llenas de estilo y sexys, así que, te recomendamos irte de compras y regalarte algunas piezas.
- 5. Ten un soporte.** En esta etapa busca dispositivos que te ayuden y brinden soporte al piso pélvico, espalda baja, caderas y abdomen; brindando así el apoyo adecuado y ajustable en las zonas donde lo requieras. Una buena opción es **Mama Strut**, el sistema #1 en recuperación durante el embarazo y post parto, pues ofrece a las mujeres alivio y movilidad.

Además, incorpora los 5 principios básicos para tratar lesiones en tejidos blandos, así como, dolor en diferentes partes del cuerpo. Cuenta con diferentes tallas, ayuda a recuperar la figura más rápido e incorpora la terapia frío – calor para tratar el dolor, la inflamación y los tirones musculares.

Sin duda, el embarazo es una de las mejores experiencias en la vida de una mujer. Sin embargo, nunca debes olvidar que la mejor etapa está por venir y que hoy en día, existen productos que te ayudarán a que este proceso sea mucho más sencillo.

No olvides que, **Mama Strut** te apoyará durante y después del embarazo, pues te ayudará a regresar a la talla y cuerpo que estabas acostumbrada, a reducir el uso de narcóticos para el dolor y facilitará tu proceso de recuperación, así como, en la disminución de inflamación abdominal, en la recuperación de la movilidad, entre otros beneficios.

Para obtener mayor información sobre **Mama Strut**, visítanos en www.mamastrut.mx. Además, para tener más tips y consejos sobre esta etapa, no olvides seguirnos en nuestras redes sociales Twitter: [@mamastrutmx](https://twitter.com/mamastrutmx) y Facebook: [/MamaStrutMx/](https://www.facebook.com/MamaStrutMx/).

###

Acerca de Mama Strut:

Mama Strut es un dispositivo médico diseñado para hacer del embarazo una etapa más confortable y segura para la nueva mamá. Diseñado por Jill Bigelow, emprendedora, financiera profesional y madre de tres. Cuenta con productos pre y post parto. Además, está avalada por ginecólogos, quiroprácticos, terapeutas físicos, parteras y consultores en lactancia maternal.

CONTACTO DE PRENSA:

Saida Redondo
Directora de cuenta
Tel. 66.47.66.28
saida.redondo@puih.com.mx