

“Defensores de Mamás” abrió la inscripción para acompañar a embarazadas en San Rafael

19/05/2026



La iniciativa solidaria funciona en los barrios La Isla y El Molino con encuentros semanales destinados a mujeres embarazadas. Ofrecen talleres, acompañamiento, controles médicos y la entrega de una cuna con ajuar para el bebé.

El programa solidario “Defensores de Mamás” volvió a poner en marcha sus actividades en San Rafael y abrió la convocatoria para mujeres embarazadas que necesiten acompañamiento durante la gestación y los primeros meses de vida de sus hijos. La propuesta se desarrolla a través de encuentros semanales gratuitos que incluyen talleres, desayunos saludables, actividades recreativas y asistencia integral para futuras madres.

Karen Vargas, integrante del programa, explicó a Diario San Rafael y FM Vos 94.5 que este año el proyecto sumó un nuevo

espacio de trabajo en el departamento y continuará desarrollándose en dos puntos distintos de la ciudad.

“Ya llevamos 2 años haciendo el programa acá en San Rafael, este sería el tercero. Este año tenemos la particularidad de que sumamos un nuevo centro acá en nuestro departamento”, comentó.

Encuentros semanales y talleres prácticos

Según detalló, el programa se lleva adelante todos los sábados por la mañana y busca brindar contención emocional, herramientas prácticas y acompañamiento a mujeres que atraviesan el embarazo. **“El proyecto consta de encuentros semanales, es decir, todos los sábados en la mañana, en donde se les da un desayuno saludable”,** explicó Vargas.

Además, indicó que durante las jornadas se realizan distintas capacitaciones vinculadas a la maternidad y el cuidado de los recién nacidos. **“También se les dan talleres tanto teóricos, es decir, para reforzar conocimientos o darles herramientas para poder afrontar todo lo que es la etapa del embarazo y posteriormente los primeros meses del bebé”,** señaló.

A esto se suman actividades prácticas y recreativas orientadas a fortalecer el vínculo con el futuro hijo y promover hábitos saludables. **“Además también talleres recreativos o prácticos en donde se les enseñan a hacer mantitas de apego, cosas para el bebé. Se les hace cocinar con ingredientes saludables”,** agregó.



Karen Vargas, integrante del programa, dialogó con Diario San Rafael y FM Vos 94.5

Controles médicos y asistencia integral

Otro de los aspectos destacados del programa es la participación de profesionales de distintas áreas de la salud que realizan controles y acompañamiento médico durante el desarrollo de los encuentros.

“Cuando se termina el proyecto, lo que se le hace es un festejo y en ese festejo también se le entrega una cuna con todo el ajuar para los primeros meses del bebé”, afirmó Vargas.

Consultada sobre el perfil de las destinatarias, explicó que la propuesta está abierta a todas las mujeres embarazadas, independientemente de su situación económica, familiar o social. **“El acompañamiento está abierto a cualquier mujer embarazada, o sea, a cualquier mamá que quiera participar”, expresó.**

En ese sentido, remarcó la importancia de brindar contención

durante una etapa sensible y de muchos cambios para las futuras madres. “El embarazo es una situación difícil y también donde se requiere mucho acompañamiento para todas las mamás, independientemente de su situación”, sostuvo.

Espacios de encuentro e inscripciones

Actualmente, el programa funciona en el barrio La Isla y en el barrio El Molino. En el primero de los casos, las actividades se desarrollan en el museo de la zona, mientras que en El Molino tienen lugar en la delegación municipal.

Quienes deseen participar pueden inscribirse telefónicamente. Para el centro del barrio El Molino, el contacto es el 260 4590176, mientras que para el barrio La Isla deben comunicarse al 260 4645059.

Además de convocar a embarazadas, desde la organización también invitaron a vecinos y jóvenes interesados en colaborar con el proyecto a sumarse como voluntarios. **“Siempre está abierto a quienes quieran participar, a los jóvenes que quieran sumarse”**, manifestó Vargas.

Finalmente, destacó el valor humano de la iniciativa y el impacto positivo que genera tanto en las madres como en quienes forman parte del equipo de trabajo. “Es una labor muy linda y muy gratificante también para quienes estamos ahí, el poder acompañar a estas mamás en esta situación y posteriormente a estos bebés”, concluyó.