

*Consells per a  
pacients i familiars*

## Recursos en el dol perinatal



La tornada a casa sense el fill és un moment molt dolorós. Esperem que els recursos que us facilitem us ajudin en aquest moment de dol. Si voleu, podeu contactar directament amb l'equip d'acompanyament perinatal de la Fundació Althaia a través del correu electrònic: [dolperinatal@althaia.cat](mailto:dolperinatal@althaia.cat).

### Grups de suport

#### MANRESA

- Little Stars

#### BARCELONA

- Cor a cor
- Petits amb llum
- Maternidad Arcoirirs
- Red el hueco de mi vientre (Tel. 607 410 326)

#### SABADELL

- Grupo de apoyo psicología perinatal (Tel. 636 662 989)
- Anhel

#### GIRONA

- Bressols

#### LLEIDA

- Suport del dol de ponent
- Nalnalma

#### Tarragona

- Dol d'estels

### Llibres

- **On em portin els ametllers.** Gregal. Bàrbara Julve. 2017
- **La cuna vacía. El doloroso proceso de perder un embarazo.** AAVV. La esfera de los libro. 2009.
- **Las voces olvidadas. Pérdidas gestacionales tempranas** (2ª Ed.). MÁngeles Claramunt y Mónica Álvarez. Obstore, 2014
- **Déjame llorar & De la oruga a la mariposa.** ARMELO, Anji 2007.
- **Brazos Vacíos.** SHEROKEE, Isle 2005.
- **El cuento de Thumpy.** DODGE, Nancy C .1986.
- **Cuando Hola significa Adiós.** KIRK, Paul & SCHWIEBERT Pat 1985.
- **Duelo por las vidas no vividas.** SAVAGE, Judith. 1992.

### Webs i fòrums

[www.umamanita.es](http://www.umamanita.es)  
[www.petitsambllum.org](http://www.petitsambllum.org)  
[www.elpartoesnuestro.es](http://www.elpartoesnuestro.es) (secció "Siempre en el Corazón")  
[superandounaborto.foroactivo.com](http://superandounaborto.foroactivo.com)  
[www.vivirlaperdida.com](http://www.vivirlaperdida.com)  
[www.amad.es](http://www.amad.es) (Asociación de Mutua Ayuda ante el Duelo), Madrid.  
[www.duelo.org](http://www.duelo.org) (Panamá)  
[www.alfinlibros.com](http://www.alfinlibros.com) (librería virtual especializada en mort perinatal)  
[www.juanpablito.com](http://www.juanpablito.com)  
[www.miraralcielo.net](http://www.miraralcielo.net)  
[www.duelogestacionalyperinatal.com](http://www.duelogestacionalyperinatal.com)