



Teodelina: Lucia Bertune : salud y Bienestar

### Description



Lucía Bertune, es Instructora Avanzada en, Entrenamiento Pre y Post Natal, y Puericultora. Desde hace poco tiempo vive en Teodelina. Acompaña a mujeres, hombres y familias en distintas etapas de sus vidas, desde el embarazo, el parto, la lactancia y el postparto, hasta procesos de bienestar, recuperación y salud integral.

Brinda talleres y espacios de acompañamiento donde el movimiento, la información y el cuidado consciente se unen para transitar cada etapa con mayor confianza, conexión y bienestar físico y emocional.

Trabaja acompañando la preparación para el embarazo, parto y lactancia, ofreciendo herramientas basadas en el movimiento, la conciencia corporal y el acompañamiento respetuoso.

También coordina clases de esferodinamia para gestantes, favoreciendo la movilidad, el alivio de molestias y la conexión con el cuerpo durante el embarazo.

Desde los Hipopresivos, acompaña procesos de fortalecimiento abdominal y de suelo pélvico, recuperación postparto, prevención y mejora de diástasis abdominal, postura y respiración. Además, trabaja con mujeres que no han sido madres, con mujeres en etapas de peri menopausia y menopausia, y también con hombres que buscan mejorar su salud corporal y funcional.

Cree profundamente en la importancia de acompañar cada proceso de manera individual y consciente, brindando herramientas, contención y educación para que cada persona pueda habitar su cuerpo con mayor salud, seguridad y bienestar.

## **CATEGORY**

1. Salud Teodelina
2. Teodelina

## **Category**

1. Salud Teodelina
2. Teodelina

## **Date Created**

20 mayo, 2026

## **Author**

administrador