

CURSO DE PREPARAÇÃO PARA O PARTO E PARENTALIDADE

PROGRAMA

Quinta-Feira | 19h30 - 21h00
e Sábado | 09h00 - 12h30

ORGANIZAÇÃO

Saúde Materna e Obstétrica



Andreia Queirós
Enfermeira



Fábio Cunha
Enfermeiro



Filipa Alves
Enfermeira



Paula Juvandes
Enfermeira



Rute Castro
Enfermeira

PREÇOS

Pack completo

(6 sessões por casal) - 170€

Por cada sessão - 40€

Sessões particulares* - 90€

Pack completo (pai ou mãe
colaborador Lusíadas Saúde)

- 25% desconto

*exclusivo e com duração de 1 hora cada sessão.
Pode ser realizada em português ou inglês, sendo
a data e horário combinado entre o participante
e enfermeira através dos seguintes contactos:

E-mail: knowledgecenter@lusiadas.pt

 **Lusíadas**
Knowledge Center

	JANEIRO	FEVEREIRO	MARÇO	ABRIL	MAIO	JUNHO
SESSÃO 1	06 jan	03 fev	02 mar	30 mar	27 abr	01 jun
SESSÃO 2	13 jan	10 fev	09 mar	06 abr	04 mai	08 jun
SESSÃO 3	18 jan	15 fev	14 mar	11 abr	09 mai	13 jun
SESSÃO 4	20 jan	17 fev	16 mar	13 abr	11 mai	15 jun
SESSÃO 5	27 jan	24 fev	23 mar	20 abr	18 mai	22 jun
SESSÃO 6	03 fev	02 mar	30 mar	27 abr	25 mai	29 jun

SESSÃO 1 MATERNIDADE LUSÍADAS E GRAVIDEZ (SÁBADO DE TARDE)

- > Acolhimento dos casais
- > Informar acerca dos serviços disponíveis na Maternidade
- > Mala para a Maternidade
- > Visita à Maternidade e processo de admissão

SESSÃO 2 TRABALHO DE PARTO E PARTO (SÁBADO DE MANHÃ)

- > Alterações fisiológicas da gravidez
- > Sinais de alerta na Gravidez
- > Trabalho de Parto: Sinais de trabalho de parto
 - Períodos de Trabalho de Parto
 - Informar sobre os diferentes Tipos de Parto
- > Plano de Nascimento
- > Colheita para células estaminais/Bebe Vida Ciência para a vida, LAB.
- > Analgesia de Parto/Epidural (presença de anestesista)

SESSÃO 3 TECNICAS RESPIRATÓRIAS E DE RELAXAMENTO NA GRAVIDEZ/ PARTO (QUINTA – FEIRA DE TARDE)

- > Ensinar sobre o uso de Bola de Parto
- > Exercício muscular e/ou articular
- > Medidas não farmacológicas para alívio de desconforto/dor

SESSÃO 4 AMAMENTAÇÃO (SÁBADO DE MANHÃ)

- > Processo de tomada de decisão – amamentar
- > Vantagens da Amamentação
- > Características do leite materno
- > Ensinar/Treinar técnica e posicionamento de amamentação
- > Cuidados com a mama e mamilos
- > Aleitamento materno – contratempos
- > Estratégias adaptativas de extração e armazenamento
- > Aleitamento artificial

	JANEIRO	FEVEREIRO	MARÇO	ABRIL	MAIO	JUNHO
SESSÃO 1	06 jan	03 fev	02 mar	30 mar	27 abr	01 jun
SESSÃO 2	13 jan	10 fev	09 mar	06 abr	04 mai	08 jun
SESSÃO 3	18 jan	15 fev	14 mar	11 abr	09 mai	13 jun
SESSÃO 4	20 jan	17 fev	16 mar	13 abr	11 mai	15 jun
SESSÃO 5	27 jan	24 fev	23 mar	20 abr	18 mai	22 jun
SESSÃO 6	03 fev	02 mar	30 mar	27 abr	25 mai	29 jun

SESSÃO 5 RECÉM-NASCIDO (SÁBADO DE MANHÃ)

- > Cuidados imediatos ao recém-nascido
- > Adaptação à vida extra-uterina
- > Competências do Recém-nascido
- > Ensinar/treinar cuidados de higiene ao recém-nascido
- > Ensinar/treinar tratar coto umbilical do Recém-nascido
- > Ensinar/treinar vestuário do recém-nascido

SESSÃO 6 REGRESSO A CASA (SÁBADO DE MANHÃ)

- > Cuidados de saúde do recém-nascido
 - Rastreamento Auditivo
 - Rastreamento Cardíaco
 - Diagnóstico Precoce
 - Plano Nacional de Vacinação (PNV)
 - Controle do Peso do Recém- Nascido
 - Sinais de alerta
- > Principais dúvidas nos cuidados ao recém- nascido
 - Sono
 - Choro
 - Cólicas
 - Síndrome da Morte Súbita do Latente
- > Prevenção de acidentes do Recém-nascido
- > Ensinar sistema de retenção para crianças (SRC) para transporte do recém-nascido em segurança (projeção de filme)
- > Ensinar/treinar uso de sistema de retenção: cadeira de transporte
- > Saúde materna no puerpério
 - Informar sobre o pós-parto
 - Informar acerca do autocuidado no pós-parto
 - Informar sobre sinais de alerta
 - Organização do quotidiano da família