

# CURSO ONLINE PREPARAÇÃO PARA O PARTO E PARENTALIDADE

## PROGRAMA

### 1ª SESSÃO - A GRAVIDEZ

- Vigilância da gravidez
- Sexualidade
- Legislação de proteção à maternidade e paternidade
- Mala para a maternidade/enxoval em casa
- Sinais de alerta para recorrer à maternidade
- Admissão e rotinas do hospital
- O plano de contingência

### 3ª SESSÃO - A AMAMENTAÇÃO

- Amamentação (vantagens, adaptação à mama, dificuldades e cuidados)
- Posicionamentos para amamentar
- Cuidados à mama (mamilos, esvaziamentos mamário)
- Extração e armazenamento de leite
- Aleitamento artificial

### 5ª SESSÃO - SINAIS DE ALERTA NO RECÉM-NASCIDO

- O sono e rotinas do bebé
- O choro do bebé
- Prevenção de acidentes domésticos
- Prevenção rodoviária
- Síndrome de morte súbita do lactente
- Primeiros socorros
- A febre
- Cólicas e massagem

### 2ª SESSÃO - O PARTO

- Trabalho de parto e Parto
- O acompanhante no trabalho de parto
- Diferentes tipos de parto (normal, ventosa, fórceps e cesariana)
- Analgesia epidural/ anestesia
- Cuidados imediatos ao recém-nascido na sala de partos
- Métodos não farmacológicos de alívio da dor- respirações, bola de pilates, etc

### 4ª SESSÃO - CUIDADOS AO RECÉM- NASCIDO

- Pós-parto (alterações físicas e psicológicas, sinais de alerta)
- Aspectos físicos/ competências do recém-nascido
- A icterícia fisiológica do recém-nascido
- Vigilância de saúde do bebé
- Cuidados ao bebé: os olhos, o nariz, o coto umbilical e o banho

### 6ª SESSÃO - PSICOPATOLOGIA DA GRAVIDEZ E PUERPÉRIO

- Bebé real, Bebé Imaginário
- Alterações Psicológicas ao longo da Gravidez
- Expectativas e Crenças acerca da Maternidade Teoria da Vinculação
- Transição para a Parentalidade e reestruturação da dinâmica do Casal
- Diferenciação sintomas: Cansaço, Tristeza e Depressão Pós-Parto

# CURSO ONLINE PREPARAÇÃO PARA O PARTO E PARENTALIDADE

## PLANO DE AULAS

### AGOSTO 2020

- Aula 1 - Dia 04 às 19h30
- Aula 2 - Dia 06 às 19h30
- Aula 3 - Dia 11 às 19h30
- Aula 4 - Dia 13 às 19h30
- Aula 5 - Dia 18 às 19h30
- Aula 6 - Dia 20 às 19h30

### SETEMBRO 2020

- Aula 1 - Dia 01 às 19h30
- Aula 2 - Dia 03 às 19h30
- Aula 3 - Dia 08 às 19h30
- Aula 4 - Dia 10 às 19h30
- Aula 5 - Dia 15 às 19h30
- Aula 6 - Dia 17 às 19h30

### OUTUBRO 2020

- Aula 1 - Dia 01 às 19h30
- Aula 2 - Dia 06 às 19h30
- Aula 3 - Dia 08 às 19h30
- Aula 4 - Dia 13 às 19h30
- Aula 5 - Dia 15 às 19h30
- Aula 6 - Dia 20 às 19h30

### NOVEMBRO 2020

- Aula 1 - Dia 03 às 19h30
- Aula 2 - Dia 05 às 19h30
- Aula 3 - Dia 10 às 19h30
- Aula 4 - Dia 12 às 19h30
- Aula 5 - Dia 17 às 19h30
- Aula 6 - Dia 19 às 19h30

### DEZEMBRO 2020

- Aula 1 - Dia 03 às 19h30
- Aula 2 - Dia 10 às 19h30
- Aula 3 - Dia 15 às 19h30
- Aula 4 - Dia 17 às 19h30
- Aula 5 - Dia 22 às 19h30
- Aula 6 - Dia 23 às 19h30