

CURSO ONLINE PREPARAÇÃO PARA O PARTO E PARENTALIDADE

PROGRAMA

Terça e Quinta-feira | 19h30

ORGANIZAÇÃO

Saúde Materna e Obstétrica



Rita Lopes

Enfermeira Especialista em Saúde Materna e Obstétrica, Conselheira em Aleitamento Materno



Mónica Pinho

Enfermeira Especialista em Saúde Materna e Obstétrica, IBCLC



Cláudia Barradas

Enfermeira Especialista em Saúde Materna e Obstétrica, Conselheira em Aleitamento Materno

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: lusiadas.babycare@lusiadas.pt

Tlm: 967 275 335

Lusíadas
Knowledge Center

Apoio:

URIAGE
EAU THERMALE

crioestaminal
líder em células estaminais

Nestlé
Baby & me

MAMÃS
SEM
Dúvidas!

	JULHO	AGOSTO	SETEMBRO	OUTUBRO	NOVEMBRO	DEZEMBRO
SESSÃO 1	01 jul	05 ago	02 set	07 out	04 nov	02 dez
SESSÃO 2	03 jul	07 ago	04 set	09 out	06 nov	04 dez
SESSÃO 3	08 jul	12 ago	09 set	14 out	11 nov	09 dez
SESSÃO 4	10 jul	14 ago	11 set	16 out	13 nov	11 dez
SESSÃO 5	15 jul	19 ago	16 set	21 out	18 nov	16 dez
SESSÃO 6*	19 jul	23 ago	20 set	25 out	22 nov	20 dez

*Aula presencial no auditório (estágio parental)

SESSÃO 1

A GRAVIDEZ

- > Vigilância na 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

SESSÃO 2

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.)

SESSÃO 3

A AMAMENTAÇÃO

- > Amamentação (vantagens, adaptação à mama, dificuldades e cuidados)
- > Posicionamentos para amamentar
- > Cuidados à mama (mamilos, esvaziamento mamário)
- > Extração e armazenamento de leite
- > Momentos-Chave para o sucesso no aleitamento materno

SESSÃO 4

CUIDADOS AO RECÉM-NASCIDO

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

	JULHO	AGOSTO	SETEMBRO	OUTUBRO	NOVEMBRO	DEZEMBRO
SESSÃO 1	01 jul	05 ago	02 set	07 out	04 nov	02 dez
SESSÃO 2	03 jul	07 ago	04 set	09 out	06 nov	04 dez
SESSÃO 3	08 jul	12 ago	09 set	14 out	11 nov	09 dez
SESSÃO 4	10 jul	14 ago	11 set	16 out	13 nov	11 dez
SESSÃO 5	15 jul	19 ago	16 set	21 out	18 nov	16 dez
SESSÃO 6*	19 jul	23 ago	20 set	25 out	22 nov	20 dez

*Aula presencial no auditório (estágio parental)

SESSÃO 5

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

SESSÃO 6

ESTÁGIO PARA
A PARENTALIDADE

(presencial no Hospital Lusíadas Lisboa)

- > Prevenção rodoviária
- > Alívio da dor no trabalho de parto (Epidural e métodos não farmacológicos)
- > Amamentação (material de apoio)
- > Posições para amamentação
- > Higiene do recém-nascido
- > Cuidados ao recém-nascido (coto umbilical, nariz, olhos, massagem das cólicas)
- > Primeiros socorros
- > Babywearing e Swaddle
- > Nutrição nos Primeiros Anos de Vida com Nestlé