

CURSO DE PREPARAÇÃO PARA O PARTO E PARENTALIDADE

PROGRAMA

Quinta-Feira | 19h30 - 21h00

e Sábado | 09h00 – 12h30 e 14h30 – 18h00

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

Apoio:

URIAGE
EAU THERMALE

crioestaminal
líder em células estaminais

Nestlé
Baby & me

MAMÃS
SEM
Dúvidas!

	JULHO	AGOSTO	SETEMBRO	OUTUBRO	NOVEMBRO	DEZEMBRO
SESSÃO 1	29 jun	03 ago	31 ago	28 set	02 nov	30 nov
SESSÃO 2	06 jul	10 ago	07 set	12 out	09 nov	07 dez
SESSÃO 3	11 jul	14 ago	12 set	17 out	14 nov	12 dez
SESSÃO 4	13 jul	17 ago	14 set	19 out	16 nov	14 dez
SESSÃO 5	20 jul	24 ago	21 set	26 out	23 nov	21 dez
SESSÃO 6	27 jul	31 ago	28 set	02 nov	30 nov	28 dez

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/Bebé Vida Ciência para a vida, LAB.
- > Analgesia de Parto/Epidural (Sessão com 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

	JULHO	AGOSTO	SETEMBRO	OUTUBRO	NOVEMBRO	DEZEMBRO
SESSÃO 1	29 jun	03 ago	31 ago	28 set	02 nov	30 nov
SESSÃO 2	06 jul	10 ago	07 set	12 out	09 nov	07 dez
SESSÃO 3	11 jul	14 ago	12 set	17 out	14 nov	12 dez
SESSÃO 4	13 jul	17 ago	14 set	19 out	16 nov	14 dez
SESSÃO 5	20 jul	24 ago	21 set	26 out	23 nov	21 dez
SESSÃO 6	27 jul	31 ago	28 set	02 nov	30 nov	28 dez

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)
 - Controlo 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