

CURSO ONLINE PREPARAÇÃO PARA O PARTO E PARENTALIDADE

PROGRAMA

Terça e Quinta-feira | 19h30
Sábado | 9h00

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

 **MAMÁS**
SEM
Dúvidas!

	JULHO	AGOSTO	SETEMBRO	OUTUBRO	NOVEMBRO	DEZEMBRO
SESSÃO 1	02 jul	06 ago	03 set	01 out	05 nov	03 dez
SESSÃO 2	04 jul	08 ago	05 set	03 out	07 nov	05 dez
SESSÃO 3	09 jul	13 ago	10 set	08 out	12 nov	10 dez
SESSÃO 4	11 jul	15 ago	12 set	10 out	14 nov	12 dez
SESSÃO 5	16 jul	20 ago	17 set	15 out	19 nov	17 dez
SESSÃO 6	20 jul	24 ago	21 set	19 out	23 nov	21 dez

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	02 jul	06 ago	03 set	01 out	05 nov	03 dez
SESSÃO 2	04 jul	08 ago	05 set	03 out	07 nov	05 dez
SESSÃO 3	09 jul	13 ago	10 set	08 out	12 nov	10 dez
SESSÃO 4	11 jul	15 ago	12 set	10 out	14 nov	12 dez
SESSÃO 5	16 jul	20 ago	17 set	15 out	19 nov	17 dez
SESSÃO 6	20 jul	24 ago	21 set	19 out	23 nov	21 dez

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