

REFLECTIR EM QUALIDADE E SEGURANÇA

1º Encontro Qualidade e Segurança do HFF, EPE

CORDÃO UMBILICAL

Preparação para a Parentalidade

Carla Gabriel
Elsa Guerreiro
Isabel Evangelista
Paula Pires
Queila Guedes
Rosário Madeira
Zita Vaz

8 de Maio de 2013

A educação é um direito de todos os cidadãos

A educação da grávida/casal é uma necessidade que contribui para a diminuição da ansiedade, insegurança e medo, frequentemente presentes nesta fase da vida do casal e família.

“Preparação para o Nascimento”



“Preparação para o Nascimento”

- Iniciou em Junho de 2001
- Organizado pelo Serviço de Medicina Física e de Reabilitação
- Colaboração de vários profissionais de saúde
- Destinado a grávidas funcionárias do HFF, EPE



“Preparação para o Nascimento”



Projeto Cordão Umbilical – Preparação para a Parentalidade:
Curso Preparação para o Nascimento
Curso Recuperação Pós-parto
Curso Técnicas de Massagem Infantil



Projeto Cordão Umbilical – Preparação para a Parentalidade:



Curso Preparação para o Nascimento

Objectivos:

- Aumentar as competências da grávida/casal
- Promover a satisfação da família relativamente ao nascimento
- Reduzir a insegurança, medo e ansiedade
- Minimizar o desconforto físico e emocional da mulher/casal



Curso Preparação para o Nascimento

- 8 Sessões teórico-práticas
- 1 vez por semana (90 minutos)
- Início entre as 26 e as 28 semanas de gestação



Curso Preparação para o Nascimento

Critérios de seleção:

- Idade gestacional 26/28 semanas
- Local de nascimento - Maternidade HFF-EPE
- Data de inscrição
- Inscrições limitadas ao número de vagas
(8 grávidas e acompanhantes)



Curso Preparação para o Nascimento Conteúdos Programáticos

- ✓ Fisiologia e adaptação do organismo



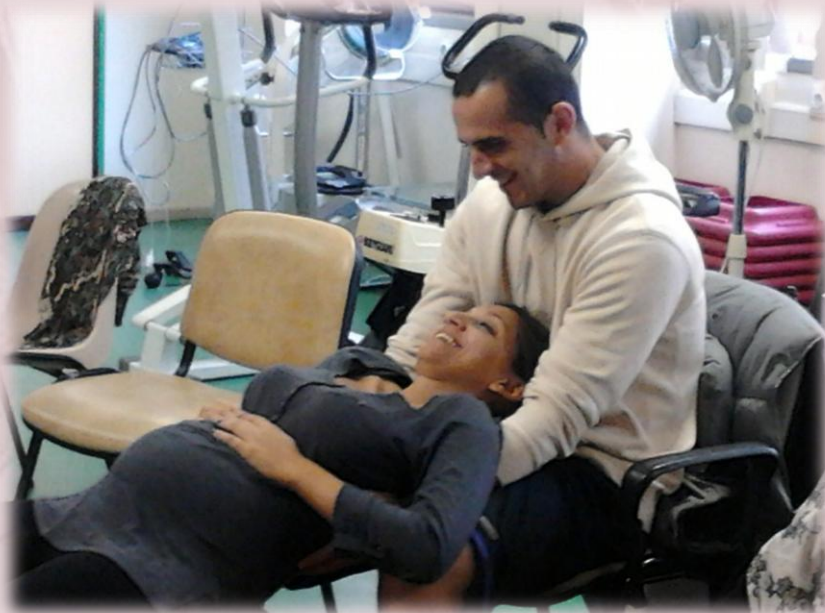
Conteúdos Programáticos

- ✓ Educação para a saúde na gravidez e pós parto



Conteúdos Programáticos

✓ Trabalho de parto



Conteúdos Programáticos

- ✓ Estratégias para alívio da dor
 - Naturais
 - Farmacológicas



Conteúdos Programáticos

✓ Aleitamento materno



Conteúdos Programáticos

✓ Regresso a casa



Conteúdos Programáticos

✓ Cuidados ao bebé



Conteúdos Programáticos

✓ Exercícios práticos

Básculas

Fortalecimento
do perineo

Exercícios
respiratórios

Treino do
período
expulsivo

Relaxamento

Alívio de
queixas

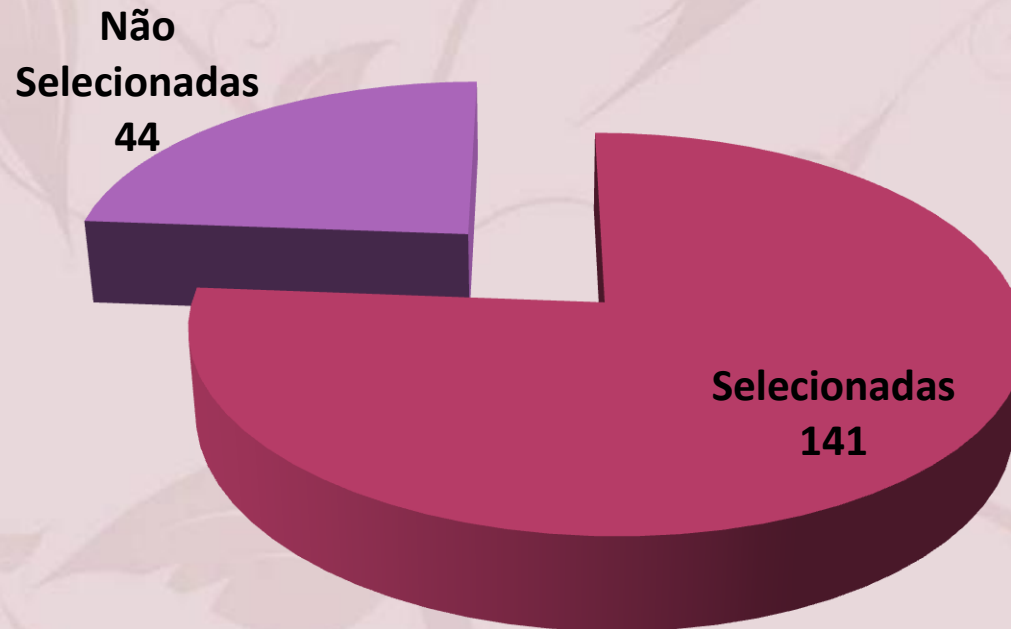


Curso Preparação para o Nascimento

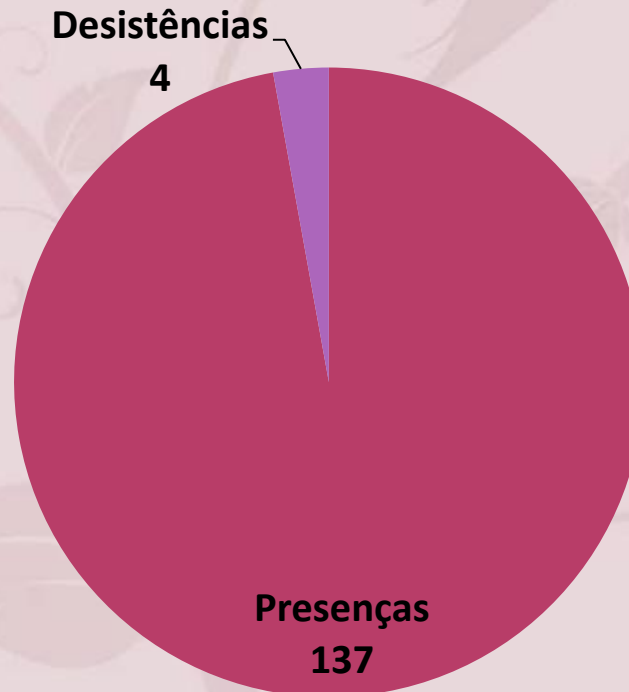
1 ANO DEPOIS...



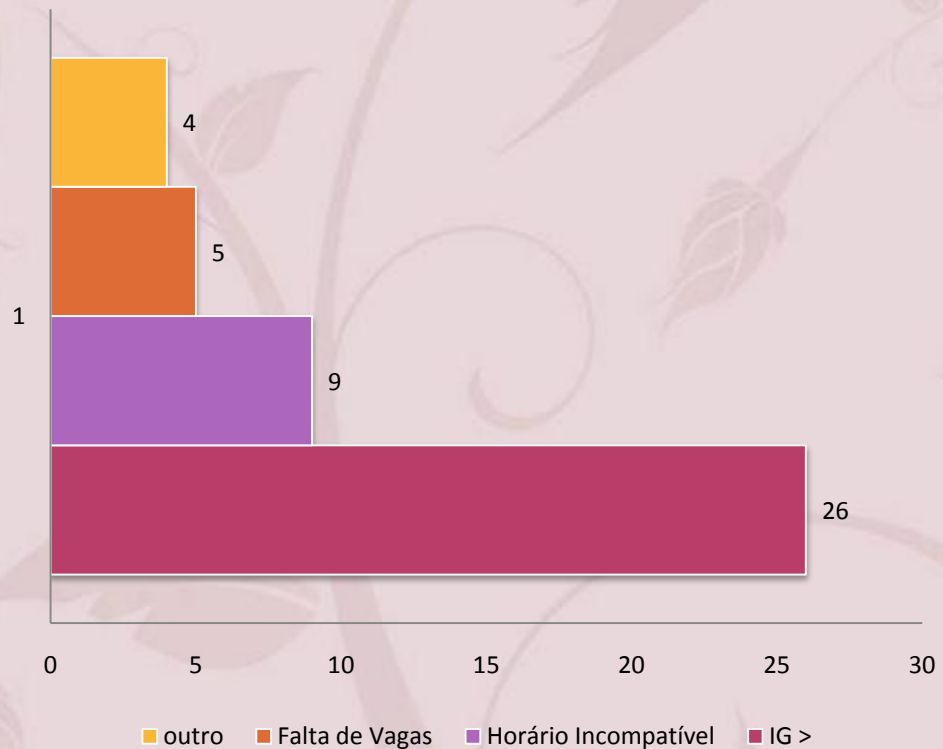
Grávidas inscritas



Adesão

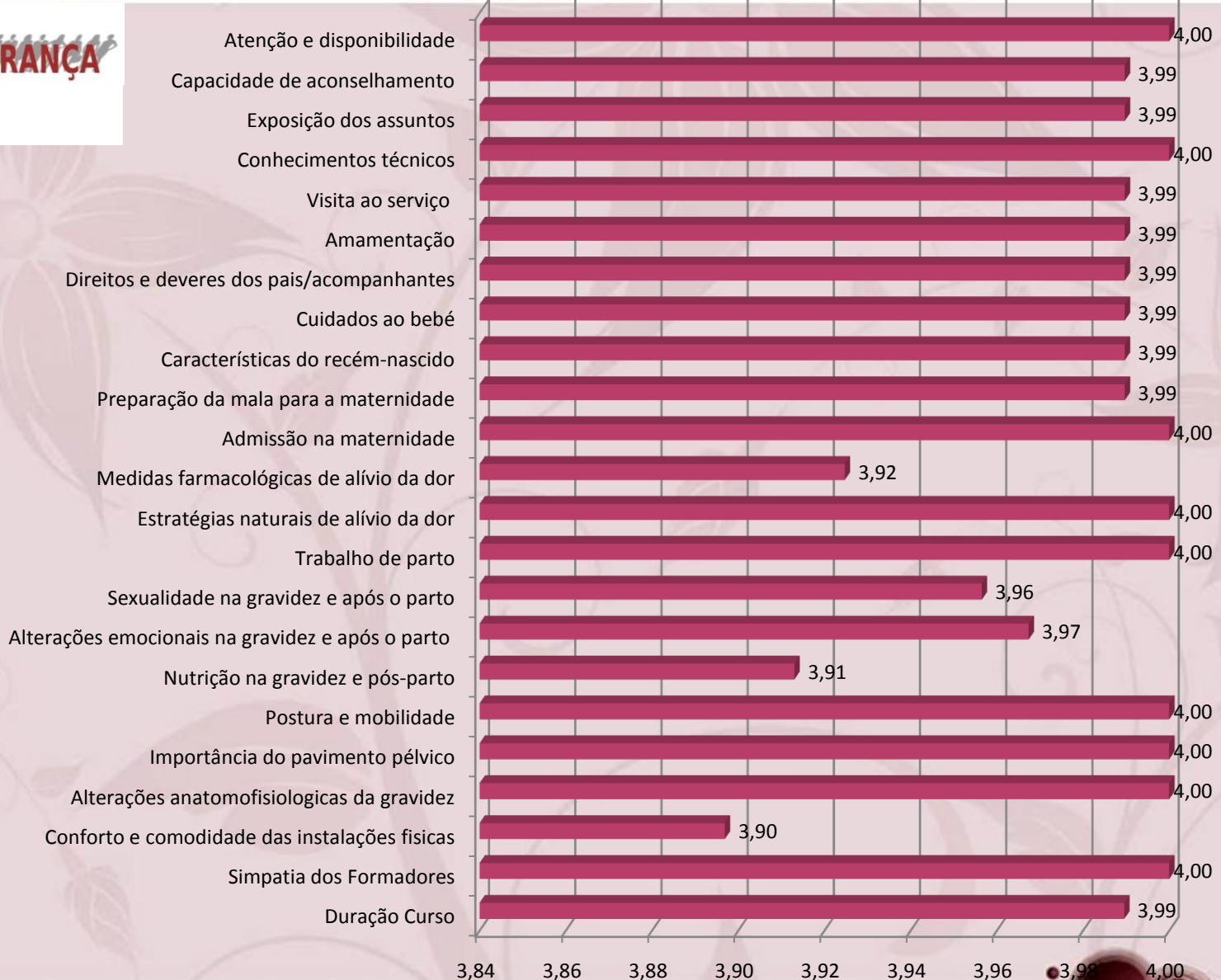


Grávidas que não frequentaram o Curso



REFLECTIR EM QUALIDADE E SEGURANÇA

1º Encontro Qualidade e
Segurança do HFF, EPE





**CORDÃO
UMBILICAL**

Preparação para a
Parentalidade



OPINIÕES

Clareza nos conteúdos

Esclarecedor

"Estão muito bem"

Ajuda a adquirir e rever conhecimentos

Louvor aos enfermeiros e fisioterapeutas

Menor recurso a termos técnicos

Continuação do projeto



SUGESTÕES

Relacionadas com o curso

Mais exercícios práticos

Horário pós-laboral

Alargar o tempo do curso

Reunião após o nascimento do bebé

Relacionadas com as instalações

Climatização do espaço

Obras nas instalações sanitárias



TEMAS QUE GOSTARIAM DE VER MAIS DESENVOLVIDOS ▾

Temas relacionados com a gravidez, parto e pós parto

Nutrição

Estratégias naturais de alívio da dor

Direitos e deveres dos pais

Amamentação

Epidural

Cuidados no pós-parto

Babyblues e depressão pós-parto

Sinais de alerta e trabalho de parto

Temas relacionados com o bebé

Massagem do bebé

Alívio das cólicas

Sono do bebé

Fraldas reutilizáveis

Cuidados ao bebé

Exercícios práticos

Técnicas e exercícios respiratórios

Mais exercícios de relaxamento

Treino do período expulsivo



Cordão Umbilical- Preparação para a Parentalidade

O Futuro ...



REFLECTIR EM QUALIDADE E SEGURANÇA

1º Encontro Qualidade e Segurança do HFF, EPE

Novo Espaço



REFLECTIR EM QUALIDADE E SEGURANÇA

1º Encontro Qualidade e Segurança do HFF, EPE

Recuperação Pós-Parto



Técnicas de Massagem Infantil





REFLECTIR EM QUALIDADE E SEGURANÇA

1º Encontro Qualidade e Segurança do HFF, EPE

