

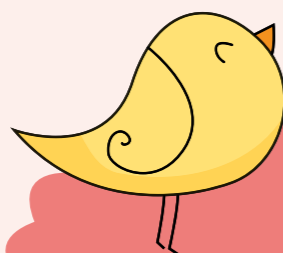
Bial

Keeping life
in mind.



Curso Online

Preparação para o
parto e parentalidade



AULA 15

Enf^a. Célia Serra

CUIDADOS COM O BEBÉ V

- ▶ Licença parental
- ▶ Registo civil do bebé
- ▶ Inscrição no centro de saúde
- ▶ Transporte

- ▶ Licença a ser gozado pela mãe e o pai possam gozar 120 ou 150 dias consecutivos que podem ser partilhados e gozados em simultâneo após o parto.
- ▶ Além destes, no caso de um dos progenitores gozar, em exclusivo, um período de 30 dias ou dois períodos de 15 dias consecutivos, acrescem 30 dias, após o período de gozo obrigatório pela mãe.



- ▶ Deve efetuar-se até 20 dias após o nascimento, em qualquer Conservatória do Registo Civil, ou nos gabinetes “Nascer Cidadão” existentes na própria maternidade.
- ▶ Para registar a criança basta escolher o nome completo (2 nomes próprios e no máximo 4 apelidos) e naturalidade.
- ▶ É gratuito e imediato.



Inscrição no centro de saúde

- ▶ É fundamental e recomendado a inscrição do bebé na Unidade de Saúde Familiar mais próxima (mesmo que as consultas sejam efetuadas com um pediatra privado).
- ▶ A inscrição dá acesso à vacinação, avaliação estado-ponderal do bebé e consultas de vigilância de saúde.
- ▶ Recomenda-se que a primeira consulta de vigilância infantil com o médico assistente ou pediatra seja realizada na 1ª semana de vida.



- ▶ O bebé tem o pescoço frágil e a cabeça grande e pesada, pelo que andar de automóvel acarreta sempre um risco.
- ▶ É obrigatório transportar o bebé numa cadeira própria, aprovada segundo as normas europeias.
- ▶ Os bebés devem viajar sempre numa cadeirinha voltada para trás.



Cadeiras 0-13 Kg (Grupo 0+)

- ▶ Designadas apelidadas de “ovinho” e utilizam-se sempre voltadas para trás;
- ▶ Instalam-se no banco de trás (preferencialmente) e da frente, utilizando sistema de 3 pontos de fixação (cinto ou ISOFIX®);
- ▶ Não podem ser instaladas num lugar que tenha airbag frontal ativo.

Os ovinhos são as cadeiras mais indicadas para os recém-nascidos e bebés pequenos, uma vez que o bebe não viaja demasiado direito e vai bem aconchegado e confortável.



- ▶ O ovinho deve ser utilizado até à altura em que a cabeça do bebé começa a ficar fora da cadeirinha (sentido inverso da marcha deve ser utilizado pelo menos até aos 18 Kg, aproximadamente até aos 4 anos de vida).
- ▶ Tempo de permanência (desejável) do bebé é 1h30.
- ▶ Qualquer cadeira envolvida em algum impacto significativo ou acidente deve ser substituída.



Bibliografia

1. Orientação da Direção Geral de Saúde. A Gravidez na Adolescente. Lisboa. 2005. ISBN 972 675 113 6. Disponível em <http://www.dgs.pt>.
2. Orientação da Direção Geral de Saúde. Programa Nacional para a vigilância da Gravidez de Baixo Risco. Lisboa. 2016. ISBN 978 972 675 233 2. Disponível em <http://www.dgs.pt>.
3. The American College of Obstetricians and Gynecologists. Patient education. Exámenes de rutina durante el embarazo. 2016. El embarazo SP133. ISSN 1074-8601.
4. <http://www.ariosadx.com/expecting-parents/faqs/>
5. Técnicas invasivas de diagnóstico e terapêutica fetal. Centro de Diagnóstico Pré-natal da Maternidade Dr. Alfredo da Costa. Acedido pelo site da Associação Portuguesa de Diagnóstico Pré-Natal.
6. Orientação da Direção Geral de Saúde nº016/2016 de 16/12/2016. Programa Nacional de Vacinação 2017. Disponível em <http://www.dgs.pt>.
7. Direcció General de Salut Pública. Generalitat de Catalunya. Guia para embarazadas. 2009. Disponível em http://www.capsbe.cat/media/upload/pdf/guiaembarassades_editora_6_31_1.pdf
8. Departamento de Sanidad del Gobierno Vasco. Vas a ser madre. 2007. Osakidetza. Disponível em http://www.osakidetza.euskadi.eus/contenidos/informacion/embarazo_parto_posparto/es_mujer/adjuntos/vas_ser_madre.pdf.
9. Orientação da Direção Geral de Saúde. Programa da Saúde Mental na Gravidez e Primeira Infância. Lisboa. 2005. ISBN 972 675 121 7. Disponível em <http://www.dgs.pt>.
10. Sociedad Española de Ginecología y obstetricia. Control prenatal del embarazo normal. Protocolo actualizado en julio de 2010. ProSEGO.
11. Orientação da Direção Geral de Saúde. Alimentação e Nutrição Saudável na Gravidez. Lisboa. 2014. ISBN 978 972 675 221 9. Disponível em <http://www.dgs.pt>.
12. Organização Mundial de Saúde. Diretriz: Suplementação diária de ferro e ácido fólico em gestantes. Genebra. 2013. ISBN 978 92 4 850199 9.
13. Orientação da Direção Geral de Saúde nº030/2013 de 31/12/2013. Abordagem, Diagnóstico e Tratamento da Ferropénia no Adulto. Disponível em <http://www.dgs.pt>.
14. Orientação da Direção Geral de Saúde nº011/2013 de 26/08/2013. Aporte de iodo e mulheres na preconceção, gravidez e amamentação. Disponível em <http://www.dgs.pt>.
15. <https://hmsportugal.wordpress.com/2012/01/21/atividade-fisica-durante-a-gravidez-recomenda-se/>
16. Relatório de Consenso sobre a Diabetes e Gravidez. Janeiro 2011. Disponível em <http://www.dgs.pt>.
17. <https://www.germanodesousa.com/page/doencas/article/perguntas-e-respostas-sobre-preeclampsia/>
18. <http://portal-chsj.min-saude.pt/pages/425>.
19. Martinez Bueno C, Villar Varela MT. Como superar el puerperio y no rendirse en el intento. Federación de asociaciones de matronas de España (FAME). Barcelona, 2014.
20. Guías de salud infantil. De 0-6 meses. Departamento de Salud. Osakidetza. Administración de la Comunidad Autónoma de Euskadi. Diciembre 2013. Depósito Legal: VI 868-2013.
21. <http://saudereprodutiva.dgs.pt>.
22. Cuidados de las criaturas en los primeros meses de vida. Federación de asociaciones de matronas de España (FAME). Barcelona, 2015. Depósito legal: B 13178-2015.
23. 14. Levy L, Bértolo H. Manual de Aleitamento Materno. Comité Português para a Unicef. 2012. ISBN 978 972 96436 1 3.
24. Associação Portuguesa dos Nutricionistas. Aleitamento Materno: Promover Saúde! Porto. 2010. ISBN 978 989 96506 3 3
25. Organização Mundial da Saúde em colaboração com a Organização das Nações Unidas para a Agricultura e Alimentação. Preparação, manipulação e conservação de fórmulas desidratadas para lactentes. Lisboa. 2015. ISBN 978-989-8794-06-2. Depósito Legal n.º 390791/15.
26. <http://www.guiadelnino.com/salud/datos-y-curiosidades/que-sabes-sobre-vacunas>.
27. http://portal-chsj.min-saude.pt/uploads/writer_file/document/193/Vigilancia_do_RN.pdf
28. Cardoso de Menezes, H, Edanius, K, Cordeiro, M. Evitar os acidentes no primeiro ano de vida. Vale a pena crescer em segurança. Lisboa. Agosto 2003. ISBN 972-95995-2-1. Depósito Legal 143774/99.
29. http://www.mdb.pt/sites/default/files/mb_3517_13.pdf
30. http://www.seg-social.pt/documents/10152/23362/subsidio_parental/0bd0fafb-9e8d-4613-8bb4-e9bf3ac7e5f1?version=1.12.
31. http://www.irn.mj.pt/sections/irn/a_registral/registo-civil/docs-do-civil/nascer-cidadao/

Os dados, opiniões, e conclusões expressos nesta publicação não refletem necessariamente os pontos de vista de Bial, mas apenas os dos autores. Bial não se responsabiliza pela atualidade da informação, por quaisquer erros, omissões ou imprecisões.

Material elaborado pela equipa médica da EP Health Marketing, SL.
© 2018 EP Health Marketing, SL.