



# Curso de Preparação para o Nascimento



Um bebé deve ser acolhido ainda antes de nascer...



- Gravidez - sintomas e estratégias
- Pavimento pélvico
- Mobilidade da bacia e coluna
- Posturas de alívio de tensão
- Massagem da mãe / Relaxamento / Respiração
- Sinais de parto, dilatação e expulsão – rotinas e estratégias
- Cuidados pós-parto
- Recém-nascido - características e competências
- Alimentação do bebé – aleitamento materno e artificial
- Cuidados do bebé (Banho, higiene, roupa, fralda, umbigo e face)
- Segurança Infantil
- Desenvolvimento e educação do bebé (Choro, dormir, brincar)

Para casais a partir das 28 semanas de gestação

Sessões teórico-práticas

Oferta de produtos pelas marcas representadas

Inscrições abertas

Apoios de:



Fisio Beira, Fisioterapia e Terapias Complementares Unipessoal Lda.

Rua Fernando Pessoa, lote 114, R/C A, Fundação

275 773 206 | 918803264 | fisio.beira@hotmail.com

Fisioterapeuta Mariana Duarte