

- [Desporto](#)
- [Dinheiro](#)
- [Cultura](#)
- [Sociedade](#)

- [Assine a C](#)
- [Onde Comprar a C?](#)
- [Vídeos](#)
- [Fotogalerias](#)

Coimbra: Preparação para o parto na Escola Superior de Enfermagem



Preparar o casal para as alterações decorrentes da gravidez, parto e pós-parto, bem como para os cuidados ao recém-nascido, são objetivos do programa “Terna Aventura” que a Escola Superior de Enfermagem de Coimbra (ESEnfC) inicia no próximo dia 2 de novembro (quarta-feira).

Dirigido a grávidas/casais entre as 28 e as 32 semanas de gestação, este programa de preparação para o parto e parentalidade, composto por sessões educacionais antes e após o nascimento do bebé, pretende promover a autoconfiança e o autocontrolo, ajudando a mulher e o casal a viverem de forma mais tranquila esta experiência de vida.

Durante sessões teórico-práticas de uma hora (às segundas e quartas-feiras, das 19h00 às 20h00), serão abordados temas como os direitos parentais, as alterações fisiológicas na gravidez e depois do parto, a adaptação conjugal e a sexualidade, as vantagens do aleitamento materno, a prevenção e resolução de problemas durante a amamentação, a criopreservação de células estaminais do cordão umbilical, o plano de parto, ou os cuidados ao recém-nascido (incluindo banho e massagem).

O programa também contempla uma parte prática, com exercícios que promovem o relaxamento e o autocontrolo, ajudando a grávida e o casal a prepararem-se para o trabalho de parto.

Uma novidade neste tipo de sessões será a introdução de alguns princípios de Haptonomia, visando o reforço do vínculo afetivo pais/filho, através de estratégias promotoras de interação afetiva e comunicação fetal.

Em cada sessão prática será sempre avaliado o bem-estar materno-fetal, de modo a contribuir para a tranquilidade do casal.

Instalações devidamente equipadas

Para o bom funcionamento do programa “Terna Aventura”, a ESEnfC disponibiliza instalações devidamente equipadas, de que são exemplo a Sala de Relaxamento e o Laboratório de Enfermagem Materno-Infantil.

A Sala de Relaxamento proporciona a dinâmica de exercícios com os casais utilizando colchões e bolas de pilates.

No Laboratório de Enfermagem Materno-Infantil, onde os casais poderão assistir a um parto simulado – através de um sistema composto por dois manequins (mãe e bebé) controlados e programados informaticamente –, os recursos materiais e equipamentos disponíveis proporcionam uma oportunidade ímpar para os futuros pais aprenderem habilidades no cuidado ao recém-nascido.

Neste laboratório, os futuros pais preparam-se para o exercício do papel parental através do treino em manequins (bebés), alguns dos quais choram, ou porque têm fome, ou porque têm a fralda suja, ou porque reclamam afeto.

Após o nascimento, haverá outro tipo de sessões (em data a definir), que incluirão a partilha de experiências relativamente ao trabalho de parto, à amamentação e ao ajustamento conjugal.

O “Terna Aventura” conta com uma equipa de docentes da ESEnfC enfermeiros especialistas em Enfermagem de Saúde Materna e Obstétrica, com formação em Preparação Psicoprofilática para o Parto e em Haptonomia.

Colaboram, ainda, neste programa, estudantes do curso de pós-licenciatura de especialização em Enfermagem de Saúde Materna e Obstetria da ESEnfC.

As sessões do programa “Terna Aventura” terão lugar no Polo B da ESEnC (Rua 5 de Outubro, junto ao Hospital dos Covões).

Gosto

Regista-te para veres aquilo de que os teus amigos gostam.



Publicado por [Vasco Garcia](#) em Out 26 2011 em [Coimbra](#), [Destaque Online 1](#), [Ensino](#), [Saúde](#), [Últimas](#).

DEIXE O SEU COMENTÁRIO

Nome (obrigatório)

Email (obrigatório) (não será publicado)

Website

Submeter consulta



Últimas

- »11:45 [Euro/Crise: Merkel diz que os tratados europeus têm de ser alterados](#)
- »11:44 [Justiça/ETA: Tribunal ouve apenas cinco das 12 testemunhas requeridas pela defesa de alegado etarra](#)
- »11:42 [Líbia: Centenas de soldados do Qatar combateram ao lado dos rebeldes — Estado-Maior](#)
- »11:36 [Automóvel: Atrasos dos fornecedores põem em causa objetivos da Autoeuropa para 2011 – António Chora](#)
- »11:32 [Media: PT, ZON e Vodafone garantem que não vão à privatização do canal da RTP](#)
- »11:31 [Euro/Crise: Itália emite 10.500 ME em títulos de dívida enfrentando juros mais altos](#)
- »11:30 [Caso Jennifer Vitorino: MP arquiva inquérito por falta de indícios probatórios de crime](#)