



ESEnfC ensina casal a contactar afetivamente com o bebé antes do parto

●●● O projeto “Terna Aventura”, desenvolvido na Escola Superior de Enfermagem de Coimbra (ESEnfC), vai iniciar sessões de acompanhamento haptonómico, que visam o reforço da relação afetiva entre os pais e o filho durante a gravidez – através do contacto com o bebé no ventre materno – e após o nascimento.

Com início entre as 16 e 28 semanas de gestação, estas são sessões individuais com o casal, nas quais o pai assume uma participação ativa e fundamental. “É a partir deste contacto afetivo entre a tríade (mãe-pai-filho) que se trabalha na prevenção e correção de complicações da estática materna (correção da posição da pélvis e coluna vertebral), no desenvolvimento do bem-estar da grávida e na preparação para o parto e nascimento”, explicam as organizadoras, as professoras Rosa Moreira e Teresa Silva. O acompanhamento haptonómico ajuda a grávida a suportar melhor os desconfortos comuns relacionados com as alterações fisiológicas da gravidez e prevenindo transtornos psíquicos no decurso da gravidez e pós-parto. O acompanhamento haptonómico favorece o parto normal, sendo que a intensidade da relação mãe-filho leva mais mães a amamentar.

A haptonomia foi criada há mais de 50 anos pelo holandês Frans Veldman, para designar a ciência das interações e das relações afetivas humanas. Tem como finalidade aplicar o tacto, com o objetivo de estabelecer uma relação para desenvolver a saúde, curar e devolver a integridade.

Noutra das suas facetas, o projeto “Terna Aventura” oferece às grávidas/casais um programa de preparação para o parto e parentalidade, este já dirigido a grupos de grávidas/casais entre as 28 e as 32 semanas de gestação, e a próxima edição recomeça no dia 9 de maio. O programa (às segundas e quartas-feiras, das 18H00 às 19H30) contempla uma parte prática, composta por exercícios que promovem o relaxamento, o autocontrolo e ajudam a grávida/casal a preparar-se para o parto. Permite ainda participar em sessões teórico-práticas, sobre direitos parentais, alterações fisiológicas, a adaptação conjugal e a sexualidade, as vantagens do aleitamento materno, o plano de parto ou os cuidados ao recém-nascido. As iniciativas do programa “Terna Aventura” têm lugar no Polo B da ESEnfC, junto ao Hospital dos Covões. Os interessados podem inscrever-se pelo telemóvel 927 501 115 ou e-mail ternaaventura@gmail.com.



Os programas beneficiam a relação entre mãe e bebé

DR