

PRINCÍPIOS BÁSICOS DA LACTAÇÃO HUMANA

PROGRAMA DETALHADO



Módulo	Tema	Formador	Síncrono	Assíncrono
1	Amamentação no mundo	Adelaide Orfao	1h	45 min

- Enquadramento da amamentação no mundo
- Contexto histórico da amamentação no mundo e em Portugal
- Custos financeiros, sociais, ambientais de não amamentar
- Riscos de não ser amamentado e de não amamentar

Módulo	Tema	Formador	Síncrono	Assíncrono
2	Proteger o aleitamento materno	Ana Lúcia Torgal	1h	45 min

- Iniciativas globais e nacionais de protecção do aleitamento materno
- Requisitos para os hospitais amigos dos bebés e ACES amigos dos bebés
- Leis de protecção ao aleitamento materno
- Código de marketing dos substitutos do leite materno

Módulo	Tema	Formador	Síncrono	Assíncrono
3	Doação de leite humano	Ana Lúcia Torgal	1h	45 min

- Iniciativas de doação de leite humano
- Como se processa a doação de leite humano e como podemos apoiar



Módulo	Tema	Formador	Síncrono	Assíncrono
4	Fisiologia da Lactação	Sofia Sousa e Silva	-	2h

- Anatomia da mama feminina
- Embriologia e desenvolvimento da mama feminina
- Fisiologia da produção de leite
- Bioquímica do leite materno

Módulo	Tema	Formador	Síncrono	Assíncrono
5	Habilidade de comunicação	Maria Inês Santos	2h	45 min

- Distinguir os diferentes tipos de comunicação e os seus intervenientes
- Impacto da qualidade da comunicação no âmbito do apoio à amamentação
- Técnicas de saber ouvir, aprender, desenvolver confiança e dar apoio
- Estratégias para resolver as principais dificuldades no estabelecimento de uma comunicação eficaz
- Comunicar más notícias
- Colheita de uma anamnese no contexto do apoio à amamentação

Módulo	Tema	Formador	Síncrono	Assíncrono
6	Mitos na amamentação	Cristina Pincho	1h	45 min

- Como preparar a amamentação na gravidez, como falar com as famílias e o que falar
- Mitos mais comuns na amamentação e como desmistificá-los



Módulo	Tema	Formador	Síncrono	Assíncrono
7	O parto e a amamentação	Cristina Pincho	1h	45 min

- Impacto do tipo de parto na amamentação
- Práticas que capacitam as famílias
- Práticas que podem dificultar o estabelecimento da amamentação
- Golden hour
- 9 estadios instintivos do bebé
- Pele com pele
- Método kangaroo

Módulo	Tema	Formador	Síncrono	Assíncrono
8	Desenvolvimento normal do bebé	Maria Inês Santos	3h	45 min

- Parâmetros de avaliação da somatometria
- Variabilidade do crescimento infantil
- Particularidades da avaliação ponderal nos bebés
- Como avaliar o desenvolvimento do recém-nascido
- O papel dos reflexos inatos na amamentação
- Estadios comportamentais do recém-nascido
- O papel do choro e o impacto da forma de gestão do choro
- O sono do recém-nascido e lactente
- Regras de segurança para a prevenção do síndrome da morte súbita
- Importância da avaliação de alguns parâmetros fisiológicos, para assegurar o bem-estar do recém-nascido e lactente
- Quando é necessária observação médica



Módulo	Tema	Formador	Síncrono	Assíncrono
9	A díade na amamentação	Maria Antónia Martins	2h	1h

- A mamada como um processo dinâmico
- Posicionamento e pega
- Sinais de boa transferência de leite
- Posições para amamentar
- A importância da livre demanda
- Como empoderar as famílias

Módulo	Tema	Formador	Síncrono	Assíncrono
10	Farmacologia e Lactação	Sofia Inácio	-	3h

- Sensação de pouco leite e hipogaláctia
- Fatores que afetam a produção de leite
- Como aumentar a produção de leite
- Galactagogos - definição, nutrientes, alimentos, suplementos e fármacos
- Decisão sobre o uso de medicamentos na amamentação
- Como os fármacos passam para o leite - fatores que afetam a farmacocinética do fármaco
- Métodos de estimativa da passagem dos fármacos para o leite materno
- Fontes de pesquisa fiáveis
- Fármacos contra-indicados na amamentação
- Fármacos inibidores da lactação
- Uso de álcool e tabaco enquanto se amamenta
- Alimentação da mãe que amamenta



Módulo	Tema	Formador	Síncrono	Assíncrono
11	A mãe	Sofia Sousa e Silva	-	3h

- Intercorrências mais comuns na amamentação:
 - Dor
 - Ingurgitamento mamário
 - Ducto bloqueado e Bolha de leite
 - Mastite
 - Vasoconstrição e fenómeno de Raynaud
- Candidíase mamária
- Hiperlactação
- Patologia materna crónica (mama tuberosa, obseidade, diabetes,
- Fatores de risco para o atraso na lactogénese II, sop, patologias da tiróide, hiv, doenças auto-imunes)
- Depressão pós-parto
- Extracção e conservação de leite materno

Módulo	Tema	Formador	Síncrono	Assíncrono
12	Quando é preciso intervir	Rita Matos Parreira	3h	45min

- Sistema motor oral do bebé
- Alterações no sistema motor oral do bebé que podem ter impacto na amamentação
- Anquiloglossia, o que é, como intervir e impacto na amamentação
- Protocolos de avaliação do freio da língua
- Quando e para quem referenciar em caso de suspeita de freio da língua curto
- Impacto do uso de chuchas e biberão na amamentação
- Quando e como suplementar



Módulo	Tema	Formador	Síncrono	Assíncrono
13	Avaliação oral do bebé	Marta Marreiros	2h	45 min

- O papel do terapeuta da fala nas alterações orofaciais do bebé
- O sistema estomatognático e a sua influência na amamentação
- A língua - a rainha na amamentação
- Protocolos de avaliação do freio da língua
- Quando e para quem identificar quando há sinais de alerta
- Casos clínicos

Módulo	Tema	Formador	Síncrono	Assíncrono
14	Casos Clínicos	Sofia Inácio Sofia Sousa e Silva	3h	1h15 min

- Discussão de casos clínicos propostos pelos alunos e pelas formadoras

