

// EBOOK

Manual do Recém Nascido

Tudo que você precisa saber para lidar com os pequenos

————— Por: Dra. Lívia Gennari —————

	Introdução – Vamos falar de recém nascidos ?	02
	O Puerpério.....	03
	Alimentação	04
	Sono	05
	Marcos de Desenvolvimento	06
	Introdução Alimentar	08
	Dúvidas e Informações	09
	Sobre a Dra Lívia Gennari	11
	Fechamento	12
	Conteúdo Extra	14
	Créditos	15
	Pró Saúde	16



Vamos falar sobre o recém nascido?

Certamente nenhuma fase da vida materna e da infância é mais desafiadora! Do nascimento até os três meses de vida, aquele pequeno “serzinho” está inteiramente entregue aos cuidados de uma mamãe cheia de dúvidas, inseguranças e medos, bombardeada de pitacos e pressões.

Pensando nessas recém mães é que surge esse ebook com os tópicos mais desafiadores da maternidade!

Espero que seja um apoio e uma forcinha nas longas madrugadas insones.



O Puerpério

Ah fase nebulosa!!! Quedas hormonais, privação de sono e muita insegurança com o pequeno bebê.

As perdas se somam, identidade como mulher, corpo, tempo, escolhas, perdemos a liberdade sobre nossa vida! A sensação é exatamente essa.

Não se culpe! É normal ter esses sentimentos e eles vão passar!!!

Se estiver muito difícil, peça ajuda! Rede de apoio é essencial nessa hora!!



Amamentação



Eu sei, vocês já ouviram tudo o que era possível sobre esse tema. Sabem como fazer a pega correta, quais as posições mais confortáveis e decoraram todos os benefícios para a mãe e bebê!

È por isso que eu não falo de nada disso. Quero te falar que eu sei como é difícil, enlouquecedor e frustrante amamentar! Conheço as dores, fissuras, noites em claro e inseguranças e te falo.... Não sofra sozinha.

Existem profissionais incríveis para te ajudar. Consultoras de amamentação, bancos de leite, seu pediatra de estimação, estão todos aí pra você.

E se não rolar...tudo bem também. Você não será menos mãe se der fórmula para seu filho!



Sono

Quando um bebe nasce, nascem também as profundas olheiras maternas. Noites em claro já são esperadas pelas recém mães. Isso ocorre porque o sono do bebe é ainda muito imatura e leve e ao despertar ele quer seu colo, peito ou braços para voltar a dormir.

A dica é tentar ensina-lo a dormir no berço.

Coloca-lo ainda sonolento para que, quando acordar, ele consiga voltar a dormir sozinho.

Fácil??? Nem pensar. Vem aí muito choro nas madrugadas.

Comece a ensina-lo somente após os 4 meses. Antes disso ele não tem capacidade cognitiva para aprender!

E se não der certo? Muita paciência porque um belo dia as coisas melhoram





Marcos de Desenvolvimento

Saber o que esperar do desenvolvimento neurológico e motor do bebê em cada faixa etária não é só importante para identificar possíveis atrasos. Também é essencial na hora da comparação entre o seu filho e o da vizinha da sogra!

Aquela frase “o bebê da vizinha já anda aos 9 meses, já fala aos 6 meses, etc”, é capaz de tirar o sossego de qualquer mãe.

Quais os marcos ? Confira a seguir:

- 1 mês** - Segue ruídos com os olhos
- 2 meses** - Mexe mãos e pés, sorriso social
- 3 meses** - Segura objetos
- 4 meses** - Muita baba, leva objetos à boca
- 5 meses** - Rola, senta com apoio, reconhece seu nome
- 6 meses** - Senta sem apoio
- 7 meses** - Imita sons da fala, pega os pés
- 8 meses** - Fala mama e papa, engatinha (OU não, muitos bebes andam direto)
- 9 meses** - Fica em pé com apoio
- 10 meses** - Faz tchau, compreende o não
- 11 meses** - Entende instruções simples
- 12 meses** - Começa a andar (pode demorar até 1 a 6 meses para ocorrer)



Introdução Alimentar

Chegou a tão esperada hora! Seu bebê fez 6 meses e vai comer pela primeira vez!!! Mas como saber se eles estão realmente prontos? Ficam as dicas:

- Ele senta sem apoio ou com pouco apoio e segura o pescoço
- Tem curiosidade pelos alimentos quando alguém come na frente dele
- Consegue levar objetos para a boca sem ajuda.

E como oferecer os alimentos? Comece sempre pelas frutas, todas liberadas!

Sempre ofereça na consistência de purê, nunca líquido.

Não force seu filho a comer, respeite se ele fechar a boca e adie a introdução em 1 semana.

Lembre-se, até 1 ano o alimento principal da criança é o leite, comida é complementar!



Dúvidas

▶ Como agendar um consulta com a Dra. Lívia ?

Para agendar uma consulta com a Dra. Lívia ligue para nossa central de atendimento (11) 4330-6013, ou se preferir, utilize nosso WhatsApp de Agendamento.

▶ Quais convênios são aceitos para pediatria ?

APEOESP / Amil / Bradesco / Caasp / Cabesp / Care Plus / Gama Mediservice / Omint / Serpro / Particular.

▶ Onde a Clínica Pró Saúde está localizada ?

Para agendar uma consulta com a Dra. Lívia ligue para nossa central de atendimento (11) 4330-6013, ou se preferir, utilize nosso WhatsApp de Agendamento.

▶ Como saber as novidades da Clínica Pró Saúde ?

Siga a Pró Saúde em nossas redes sociais e acesso nosso site.



Clique nos ícones abaixo para facilitar seu atendimento

Agendamento de Consultas

Confirmação de Consultas

Relacionamento com Paciente

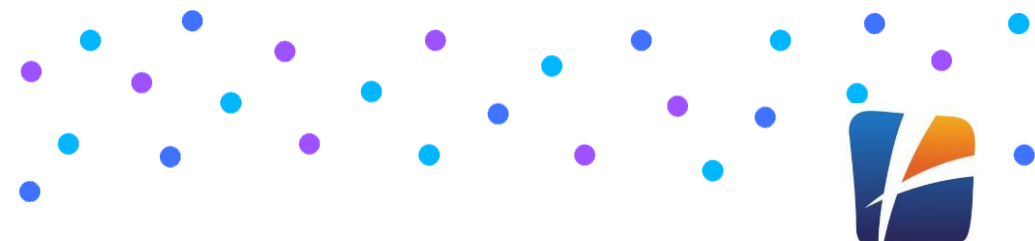




Formada em medicina pela Faculdade de Medicina do ABC em 2007, fez 2 anos de residência de pediatria na Faculdade de Medicina do ABC, especializada em Alergia e Imunologia Adulto e Infantil formando-se em 2011 e Pós graduação em Gestão em Saúde pela Fundação Getúlio Vargas.

Atuou durante 2 anos em saúde da família e comunidade em uma comunidade carente no Município do Rio de Janeiro
Residência de Alergia e Imunologia pela Faculdade de Medicina do ABC em 2012.

Possui MBA em gestão em saúde pela FGV management.



Pronto!

As ferramentas básicas para sobreviver aos primeiros meses de maternidade estão nas suas mãos e você já consegue sobreviver!!!

É claro que aparecerão muitas outras dúvidas e você vai precisar adotar um novo integrante na sua família: O pediatra de estimação, esse ser habitará seus pensamentos e participará ativamente da vida da sua família nos próximos anos.

Portanto vamos caprichar na escolha!!!

Estou aqui para tirar as dúvidas que ficaram e para ser um ombro amigo porque também estou nessa incrível jornada da maternidade!!! Vem comigo!!!

Dra. Livia Gennari - @liviagennari





A Clínica Pró Saúde recebeu o selo de acreditação pela Sbm (Sociedade Brasileira de Imunizações) enquanto o programa de Acreditação de Clínicas esteve em vigor pela Sbm. Isso significa que o serviço de imunização oferecido pela Clínica segue todas as normas e necessidades exigidas pelos órgãos reguladores. Garantindo maior segurança pra você e sua família.

A conservação de nossas vacinas é feito por meio do sistema denominado “rede de frio”. É imprescindível que os equipamentos e refrigeradores usados para o armazenamento das vacinas não deixem de funcionar por motivo de corte de energia elétrica ou qualquer outro motivo. Usamos um gerador para garantir que não ocorra nem um tipo de problema, mantendo a integridade dos produtos que utilizamos.



Conheça nosso programa de vacina sem dor. Trabalhamos com dispositivos que diminuem a dor a picada no momento da vacinação: trabalhamos com a Buzzy (abelhinha) que usa a tecnologia CoolPuse que alia os benefícios da vibração em alta frequência com bolsas de gelo. Vários estudos clínicos comprovaram que o Buzzy diminui sensivelmente a dor da picada de agulhas. Temos o Coolsense é um resfriador da camada superficial da pele que proporciona um efeito anestésico antes de tratamento com agulha. Ele é indicado para diabéticos, mulheres grávidas, procedimento de teste de sangue e vacinação. E por fim, Os óculos de realidade virtual distraem a atenção das crianças durante a vacinação. Muitas mães e crianças não gostam e tem medo da injeção. Esta inovação é mais um modo de melhorarmos o atendimento na Clínica Pró-Saúde!



PARE !

Não feche esse ebook ainda !

Temos mais algumas dicas pra te passar, confira:



Ebook
Guia Completo da
Urticária



Ebook
O que fazer quando o
bebê engasgar



Ebook
Cuidados com crianças
em viagens

CLIQUE SOBRE CADA EBOOK PARA OBTER ACESSO



Fundada em 2001 a Clínica Pró Saúde tem como objetivo principal promover a saúde de nossos pacientes, com profissionais altamente qualificados e experientes e uma equipe preparada para oferecer o melhor atendimento.

Texto: Lívia Gennari

Diagramação: Natália Mesquita

Todos os direitos reservados – Venda Proibida





PRÓ-SAÚDE
CLÍNICA DE ESPECIALIDADES E VACINAÇÃO