

Maternidade em Roda

WORKSHOP SOBRE
AMAMENTAÇÃO

09
MAI
2026

10h30 às 13h00

PELAS ENFERMEIRAS:
**PATRICIA LOPES
E RITA CARDOSO**

**BIBLIOTECA MUNICIPAL
DA PÓVOA DE SANTA IRIA**

PALÁCIO MUNICIPAL DA QUINTA DA PIEDADE
Avenida Dom Vicente Afonso Valente
2625-215 Póvoa de Santa Iria
Tel.: 219533051
Email: bmpsi@cm-vfxira.pt

SAIBA MAIS



CÂMARA
MUNICIPAL

Ligações Fortes
cm-vfxira.pt



ENTRADA GRATUITA,
MEDIANTE INSCRIÇÃO PRÉVIA

OBJETIVO

Aumentar a literacia em saúde, em especial na área da amamentação, e dar ferramentas aos casais que pretendem amamentar para que possam ter um bom começo na sua jornada.

SOBRE AS FACILITADORAS

Somos a Patricia e a Rita, ambas enfermeiras a trabalhar na maternidade num hospital público.

A área da saúde da mulher, em especial da amamentação, sempre foram do nosso interesse, tendo conhecimentos especializados na mesma.

Trabalhar no apoio à amamentação é o nosso dia a dia, permitindo-nos ter acesso a diferentes experiências de apoio a casais em situações de vulnerabilidade.

Este tema toca-nos especialmente, pois sabemos que amamentar é mais do que dar leite, é dar carinho, confortar, vincular e promover a saúde do bebé e da mãe no momento e a longo prazo.

Nesta sessão pretendemos trazer conhecimentos acerca dos seguintes temas:

- // Benefícios da amamentação: mãe e bebé //
- // Contacto pele a pele, *golden hour* e sua importância //
- // Colostro: ouro líquido //
- // Posições da adaptação à mama e pega eficaz //
- // Produção de leite e descida do leite //
- // Papel do parceiro/parceira //
- // Como e quando pedir ajuda //