

## o bebé

*"Os recém-nascidos massajados tornam-se mais carinhosos, expressivos e relacionam-se mais afetuosamente com as pessoas, tornando-se adultos mais amorosos."*

*"A técnica mais importante é a presença do adulto, atento a todos os sinais de comunicação do bebé, uma presença que deve ser íntegra e relaxada."*

Eliana Pommé

Para mais informações e inscrições contactar  
**Enfermeira Joana - 965357680**



www.hospitaldalapa.pt  
HOSPITAL DA LAPA | Largo da Lapa, 1 | 4050-069 PORTO |  
| Tel. + 351 22 550 26 26 | FAX: +351 22 550 16 21 | geral@hospitaldalapa.pt |

☎ 272936    



hospital  
da  
Lapa



## curso massagem ao bebé

nascer na lapa é orgulho e tradição

## curso massagem ao bebê

O curso de massagem ao bebê será elaborado segundo o programa da Associação Portuguesa de Massagem Infantil (APMI) e destina-se a bebês até um ano de idade.

A nossa principal missão, como instrutores certificados pela APMI, é promover e valorizar o "TOQUE" como meio de desenvolver e fortalecer a relação pais - bebê através de momentos únicos de partilha, felicidade e bem-estar.

Entre o ensino e exercício das massagens reserva-se espaço para a amamentação.

Estrutura-se em 5 sessões de aproximadamente uma hora (uma sessão por semana).



## material necessário

**Para o bebê:** Óleo de massagem | Manta ou fralda de pano

**Para a mãe:** Roupa confortável para ginástica | Garrafa de água (opcional)

## a massagem

Desde o nascimento, abraçar e acariciar com amor e confiança o bebê é vital para o desenvolvimento saudável.

A massagem mostra que o toque é parte importante do dia-a-dia. Nutrindo o corpo, a mente e o espírito do bebê e fortalecendo os laços entre este e os seus cuidadores.

Através do curso, os cuidadores aprenderão a dar a massagem ao seu bebê, desde as pernas, passando pela barriga, peito, braços, cara e costas, terminando com exercícios de ginástica.

Mais do que aprender a técnica de massagem, os pais e o bebê vivem momentos de descoberta através do toque.

## benefícios da massagem

- . Aumenta o vínculo entre pais e bebê.
- . Ajuda os pais a compreenderem melhor o bebê (necessidades e desejos), dando-lhes mais confiança.
- . Faz o bebê sentir-se amado.
- . Estimula os cinco sentidos do bebê.
- . Facilita o alívio das cólicas.
- . Facilita a circulação sanguínea do bebê.
- . Favorece o desenvolvimento do sistema imunitário do bebê.
- . Ajuda no desenvolvimento do sistema nervoso.

