



# Princípios Avançados da Lactação Humana

10 MAIO - 21 SETEMBRO



ACADEMIA  
DE LACTAÇÃO

## PROGRAMA

### 1 O bebê: fisiologia, crescimento e desenvolvimento

- Anatomia craniofacial do recém-nascido e lactente envolvida na lactação
- Fisiologia do recém-nascido e lactente
- Adaptação à vida extrauterina
- Fatores de avaliação do bem-estar do recém-nascido e lactente
- Aspectos nutricionais do recém-nascido e lactente  
Necessidades nutricionais do lactente e criança pequena
- Alergias e intolerâncias alimentares
- Reflexos inatos do recém-nascido
- Trauma e gravidez
- Neuroregulação
- Estádios comportamentais, comunicação, choro e sono

**Maria Inês Santos**

Pediatra, IBCLC

**10 Maio 2024**

Assíncrono - 2h

Síncrono - 1h

### 2 Sinais de alarme no bebê

- Hiperbilirrubinémia
- Hipoglicémia
- Doença aguda no lactente amamentando
- Hospitalização do bebê amamentado

**Maria Inês Santos**

Pediatra, IBCLC

**10 Maio 2024**

Síncrono - 1h

### 3 Doenças Crônicas no bebê

- Doenças metabólicas (Galactosemia e Fenilcetonúria)
- Alterações do tônus muscular
- Malformações congénitas (Fenda lábio-alveolo-palatina e Sequência de Pierre-Robin)
- Cardiopatias congénitas
- Rastreio de cardiopatias congénitas cianóticas críticas

**Maria Inês Santos**

Pediatra, IBCLC

assíncrono - 2h



# Princípios Avançados da Lactação Humana

10 MAIO - 21 SETEMBRO

## PROGRAMA

### 4 O bebé: avaliação oral

- Anatomia da cavidade oral
- Função dos músculos da cavidade oral
- Observação prática da avaliação da deglutição respiração e sucção
- Quando referenciar para um terapeuta da fala

**Marta Marreiros**  
Terapeuta da fala,  
IBCLC

**25 Maio 2024**  
Síncrono - 2h

### 5 O bebé Pré-termo

- Desafios da prematuridade
- Método canguru - Kangaroo mother care
- Alimentação do recém-nascido prematuro
- Benefícios do leite materno para o prematuro
- Administração precoce de colostro
- Transição para a autonomia alimentar
- O recém-nascido prematuro tardio - suporte à amamentação
- O recém-nascido com baixo peso ao nascer

**Maria Inês Santos**  
Pediatra, IBCLC

**17 Maio 2024**  
Síncrono - 2h

### 6 Saúde mental materna

- Modelo ecossistémico e o cuidado da díade
- Adaptação no período perinatal : factores de proteção vs factores de risco
- Os limites da psicopatologia do pós-parto: sinais de alerta
- A intervenção e os seus limites

**Filipa Maló**  
Psicóloga Clínica

**17 Maio 2024**  
Síncrono - 2h



# Princípios Avançados da Lactação Humana

10 MAIO - 21 SETEMBRO

## PROGRAMA

7

### Anatomia e desenvolvimento mamário

- Anatomia da mama e Histologia da Glândula mamária
- Desenvolvimento e crescimento mamário (típico e atípico)
- Influência hormonal no crescimento mamário
- Variações anatómicas da mama e mamilo
- Modificações nos mamilos (por exemplo, piercings, tatuagens)

**Sofia Sousa e Silva**

Médica de Família,  
IBCLC

Assíncrono - 1h

8

### Fisiologia da produção de leite

- Fisiologia da produção de leite
- Influência hormonal da produção de leite
- Hipogalactia
- Hipergalactia
- D-mer

**Sofia Sousa e Silva**

Médica de Família,  
IBCLC

**25 Maio 2024**

Assíncrono - 2h  
Síncrono - 30 min.

9

### Patologias crónicas da mãe, estado nutricional materno, fertilidade e contraceção

- Estado nutricional
- Doenças maternas crónicas: síndrome metabólico, diabetes, síndrome do ovário poliquístico, HIV
- Fertilidade
- Contraceção
- Sexualidade e amamentação

**Sofia Sousa e Silva**

Médica de Família,  
IBCLC

Assíncrono - 2h



# Princípios Avançados da Lactação Humana

10 MAIO - 21 SETEMBRO

## PROGRAMA

10

### Intercorrências maternas durante a amamentação

- Dor e amamentação
- Lesões mamilares - avaliação e intervenção
- Mastite, ducto bloqueado, bolha de leite, galactocelo
- Vasoespasmo e fenómeno de *Reynaud*;
- Doença materna aguda não relacionada com a amamentação: CMV, hepatite, herpes, tuberculose

**Sofia Sousa e Silva**

Médica de Família,  
IBCLC

**25 Maio 2024**

Assíncrono - 2h  
Síncrono - 2h

11

### Composição do leite materno e microbioma

- Composição do vários tipos de leite materno
- Microbioma e a sua importância

**Sofia Inácio**

Farmacêutica, IBCLC

Assíncrono - 2h

12

### Apoiar a amamentação nos primeiros dias

- A importância da preparação da amamentação na gravidez;
- O parto e a amamentação - eutócico, distócico e cesariana, gémeos
- Golden Hour, apoiar e potenciar;
- Perspectiva prática dos primeiros 3 dias - discussão e sistematização;
- Fome, sono e dor no bebé, como apoiar?
- Observação da mamada
- Desafios anatômicos maternos

**Sofia Sousa e Silva**

Médica de Família,  
IBCLC

**Sofia Inácio**

Farmacêutica, IBCLC

**7 setembro 2024**

Assíncrono - 2h  
Síncrono - 6h



# Princípios Avançados da Lactação Humana

10 MAIO - 21 SETEMBRO

## PROGRAMA

### Apoio a mães e bebês presencialmente

- Entrevista Clínica - conceitos e prática
- Grelhas de observação da mamada - prática
- Grelhas de observação da cavidade oral - prática
- Discussão de casos clínicos

**Sofia Sousa e Silva**

Médica de Família,  
IBCLC

**Sofia Inácio**

Farmacêutica, IBCLC

**8 de setembro 2024**

Assíncrono - 2h

Síncrono - 6h

13

### Apoiar a amamentação após o primeiro mês

- Expectativas vs Realidade
- Recusa de mama - estratégias para manter a amamentação
- Baixa progressão ponderal após um início tranquilo
- Casos práticos

**Sofia Sousa e Silva**

Médica de Família,  
IBCLC

**Sofia Inácio**

Farmacêutica, IBCLC

**13 setembro 2024**

Assíncrono - 0,5h

Síncrono - 4h

14

### Dispositivos de apoio à amamentação

- Dispositivos para suplementação de leite
- Bombas de extração de leite
- Invertores de mamilo, mamilos de silicone e outros
- Mamilos de prata, hidrogel e outros, serão necessários?

**Sofia Inácio**

Farmacêutica, IBCLC

Assíncrono - 1h



# Princípios Avançados da Lactação Humana

10 MAIO - 21 SETEMBRO

## PROGRAMA

### 15 Suplementação

- Quando temos que suplementar?
- Qual o melhor leite para suplementar?
- Normas de preparação de leite artificial
- Como suplementar

**Sofia Sousa e Silva**

Médica de Família,  
IBCLC

**14 setembro 2024**

Assíncrono - 0,5  
Síncrono - 1h

### 16 Relactação e Indução da lactação

- O que é a relactação
- Como apoiar os processos de relactação
- Reduzir a suplementação: como, quando e quanto?
- Aumentar a produção de leite materno - qual a magia?
- Indução da lactação
- Casos práticos

**Sofia Sousa e Silva**

Médica de Família,  
IBCLC

**14 setembro 2024**

Assíncrono - 0,5h  
Síncrono - 4h

### 17 Apoiar a amamentação depois dos 6 meses

- Introdução alimentar
- Regresso ao trabalho
- Desmame
- Amamentar na gravidez
- Amamentar em Tandem

**Sofia Sousa e Silva**

Médica de Família,  
IBCLC

**Sofia Inácio**

Farmacêutica, IBCLC

**21 setembro 2024**

Assíncrono - 0,5h  
Síncrono - 2h



# Princípios Avançados da Lactação Humana

10 MAIO - 21 SETEMBRO

## PROGRAMA

### 18 Comunicação

- Tipos de Comunicação
- Técnicas de Comunicação
- Erros de comunicação em saúde
- Educação para a Saúde e Grupos de Apoio
- Comunicar com outros profissionais
- Comunicar más notícias
- Teleconsulta

**Sofia Sousa e Silva**

Médica de Família,  
IBCLC

**Maria Inês Santos**

Pediatra, IBCLC

**21 setembro 2024**

Assíncrono - 2h

Síncrono - 2h

## CRONOGRAMA

10/05/2024

14:00 - 18:00

17/05/2024

14:00 - 18:00

25/05/2024

9:00 - 13:30

07/09/2024

9h:30-12:30  
14:00-17:00

08/09/2024

Presencial/  
online síncrono

13/09/2024

14:00 - 18:00

14/09/2024

09:00 - 14:00

21/09/2024

09:00 - 13:00

# CURSOS SATÉLITE EM E-LEARNING

Acesso entre 26 de Maio e 6 de Setembro

## AVALIAÇÃO MUSCULO-ESQUELÉTICA DO BEBÊ

- Avaliação em Osteopatia
- Reflexos do bebê
- Torcicolos
- Sinais de alerta - quando se apoia a amamentação quando encaminhar para um osteopata/fisioterapeuta

**Agata Leonardo**  
Osteopata - IBCLC  
4h - Assíncrono

## FARMACOLOGIA E TOXICOLOGIA NA AMAMENTAÇÃO

- Como os fármacos passam para o leite humano
- Onde obter informação fiável
- Galactagogos
- Fármacos contra-indicados na amamentação
- Grupos de fármacos (inibidores da lactação, contraceptivos, tratamentos tópicos para feridas nos mamilos, anti-histaminicos, probióticos, antidepressivos, ansiolíticos, anestesia e quimioterapia)
- Alimentação, vitaminas e minerais
- Métodos complementares de diagnóstico
- Procedimentos estéticos
- Alcool, tabaco e drogas

**Sofia Inácio**  
Farmacêutica - IBCLC  
4h - Assíncrono

## INVESTIGAÇÃO E PRÁTICA CLÍNICA BASEADA NA EVIDÊNCIA

- Método científico e noção de Prática Clínica Baseada na Evidência
- Forças de recomendação/evidência; pirâmide da evidência, tipos de estudo, limitações de cada um e sua translação para a clínica; como aplicar a evidência na prática clínica;
- 2. Como ler um artigo, e avaliação da validade do estudo;
- 4. Como desenhar um estudo de atuação
- 5. Questionários em investigação e na prática clínica - Como construir e validar um questionário, Exemplos de questionários validados e não validados em lactação

**Frederico Rosário**  
Médico de família  
4h - Assíncrono

## PRINCÍPIOS ÉTICOS NA PROMOÇÃO, PROTECÇÃO E APOIO NA AMAMENTAÇÃO

- Princípios éticos em saúde
- Sigilo profissional
- Código de ética dos IBCLC
- Competências clínicas de quem trabalha em amamentação
- Amamentação em público e em locais onde não são permitidas crianças
- Implicações éticas de práticas que têm impacto na amamentação
- Registos clínicos
- Código de marketing dos substitutos do leite materno

**Cátia Almeida**  
Pedopsiquiatra

**Rita Cabrita**  
Médica de Família, IBCLC

**Ana Lúcia Torgal**  
Enfermeira ESMO, IBCLC  
6h - Assíncrono

# E-Formadores e Convidados



**Sofia Inácio**

Farmacêutica  
IBCLC



**Sofia Sousa e Silva**

Médica de Família  
IBCLC



**Maria Inês Santos**

Pediatra  
IBCLC



**Ágata Leonardo**

Osteopata  
IBCLC



**Ana Lúcia Torgal**

Enfermeira ESMO  
IBCLC



**Cátia Almeida**

Pedopsiquiatra



**Filipa Malo Franco**

Psicóloga clínica



**Frederico Rosário**

Médico de Família



**Marta Marreiros**

Terapeuta da fala  
IBCLC



**Rita Cabrita**

Médica de Família  
IBCLC