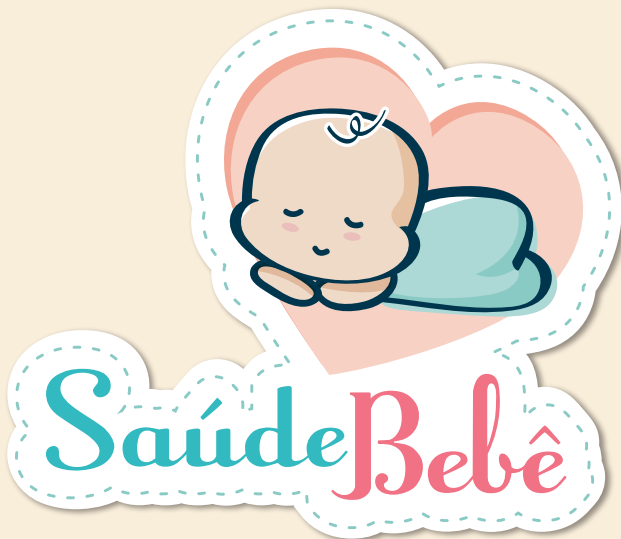


# primeiros cuidados



UM TOQUE DE CARINHO

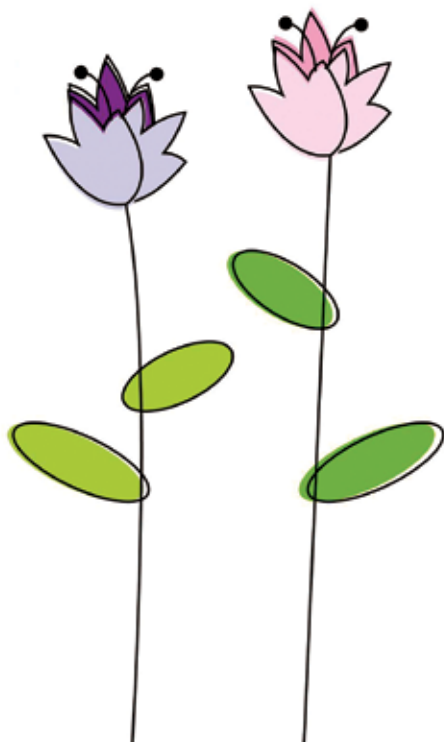


<b>Teste da Orelhinha</b>	2
<b>Clínica de Vacinas</b>	3
<b>Calendário de Vacinas</b>	4
<b>1ª Dose de Cuidado</b>	6
<b>Inclusão do Bebê no Plano de Saúde</b>	8
<b>Bosque da Vida</b>	10
<b>Benefícios, vantagens e facilidades para a sua família</b>	11
<b>Amamentação</b>	12
Benefícios do aleitamento materno	13
Dicas para a mamãe	14
Arroto	15
Amamentação de gêmeos	15
Ingurgitamento mamário	15
Fissuras	16
Mastite	16
O papel do papai	17
Amamentar	18
Outros serviços de apoio à amamentação	19
Banco de Leite Humano	20
Bebê Clínica	21
<b>Banho do Bebê</b>	22
Enxugar o bebê	23
Diferença na higiene dos meninos e das meninas	23
Banho de sol do bebê	23
<b>As cólicas</b>	24
<b>Prevenção de assaduras</b>	25
<b>O umbigo</b>	25
<b>Dicas de sono</b>	26
<b>Direitos da criança</b>	27
<b>Direitos da mamãe</b>	28
Quando a mamãe volta a trabalhar	29

O nascimento do seu bebê é um momento muito especial, mas também cheio de perguntas e desafios.

Pensando em como ajudá-los, a Unimed criou o manual **Primeiros Cuidados**.

Com ele, você vai poder tirar suas dúvidas e se preparar para cada nova conquista do seu bebê.



**Parabéns e  
Boa leitura!**



# teste da orelhinha




**SEU BEBÊ PRECISA OUVIR  
PARA APRENDER A FALAR!**

O teste da orelhinha é um método moderno para detectar problemas **auditivos nos recém-nascidos.**

Realizado por um fonoaudiólogo, **é rápido, seguro e indolor.**

O exame deverá ser realizado a **partir do nascimento**, preferencialmente entre o 3º e o 28º dia de vida.



**TESTE REALIZADO  
APENAS COM  
AGENDAMENTO PRÉVIO**  
LOCAL DE REALIZAÇÃO DO TESTE  
Clínica de Vacinas  
Rua Senador Souza Naves, 999  
**MAIS INFORMAÇÕES  
3375-5050**

# clínica de vacinas

Para se prevenir de diversas doenças, você e sua família contam com a Clínica de Vacinas Unimed.

Toda segurança e garantia da Unimed, com mais economia.

**Quem ama, cuida!**

## **LONDRINA**

Rua Senador Souza Naves, 999  
**3375-5050**

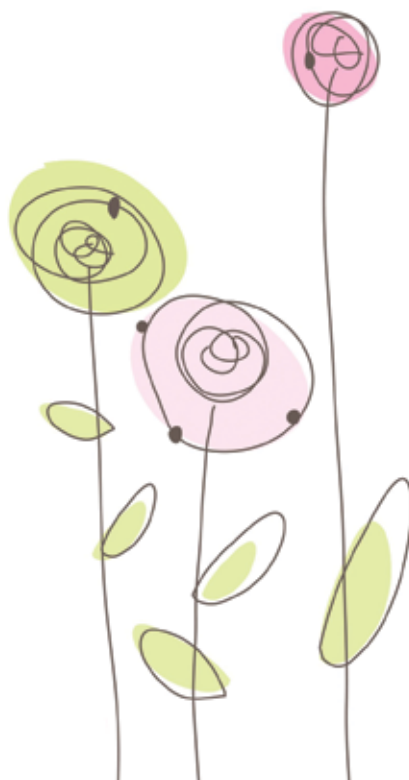
## **ESTACIONAMENTO**

Rua Senador Souza Naves, 1018 (em frente)

---

## **ARAPONGAS**

Rua Eurilemos, 756  
**3375-5050**



# calendário de vacinação

VACINAS	DO NASCIMENTO AOS DOIS ANOS DE IDADE									
	Ao nascer	1º mês	2º mês	3º mês	4º mês	5º mês	6º mês	7º mês	8º mês	9º mês
<b>BCG - ID</b> <sup>(1)</sup>	Dose única									
<b>Hepatite B</b> <sup>(2)</sup>	1ª dose		2ª dose				3ª dose			
<b>Tríplice bacteriana (DTPw/ DTPa)</b> <sup>(3)</sup>			1ª dose		2ª dose		3ª dose			
<b>Haemophilus influenzae b</b> <sup>(4)</sup>			1ª dose		2ª dose		3ª dose			
<b>Poliomielite (vírus inativados)</b> <sup>(5)</sup>			1ª dose		2ª dose		3ª dose			
<b>Rotavírus</b> <sup>(6)</sup>			Duas ou três doses, dependendo da vacina utilizada							
<b>Pneumocócica Conjugada</b> <sup>(7)</sup>			1ª dose		2ª dose		3ª dose			
<b>Meningocócica conjugada</b> <sup>(8)</sup>			Duas ou três doses, dependendo da vacina utilizada							
<b>Meningocócica B</b> <sup>(9)</sup>				1ª dose		2ª dose		3ª dose		
<b>Influenza (gripe)</b> <sup>(10)</sup>										Dose anual. D
<b>Poliomielite oral (vírus vivos atenuados)</b> <sup>(5)</sup>										
<b>Febre Amarela</b> <sup>(11)</sup>										Dose única
<b>Hepatite A</b> <sup>(12)</sup>										
<b>Tríplice viral (sarampo, caxumba e rubéola)</b> <sup>(13,15)</sup>										
<b>Varicela (catapora)</b> <sup>(14,15)</sup>										
<b>HPV</b> <sup>(16)</sup>										
<b>Vacina tríplice bacteriana acelular do tipo adulto (dTpa)</b>										
<b>Dengue</b> <sup>(17)</sup>										

14/07/2017 • Sempre que possível, preferir vacinas combinadas • Sempre que possível, considerar aplicações simultâneas na mesma visita • Qualquer \* dose não administrada na idade recomendada deve ser aplicada na visita subsequente • Eventos adversos significativos devem ser notificados às autoridades competentes.

DOS 2 AOS 16 ANOS									Disponibilização das vacinas	
12º mês	15º mês	18º mês	24 meses	4 anos	5 anos	6 anos	9 anos	10 anos	Gratuitas nas UBS*	Clínicas privadas de vacinação
									SIM	SIM
									SIM	SIM
	REFORÇO			REFORÇO					DTPw	DTPa e dTpa
	REFORÇO								SIM. Para as três primeiras doses	SIM
	REFORÇO			REFORÇO					SIM. VIP para as três primeiras doses e VOP nas doses de reforços e campanhas para crianças de 1 a 4 anos	SIM. Somente nas apresentações combinadas com DTPa e dTpa
									SIM. Vacina monovalente	SIM. Vacina monovalente e pentavalente
REFORÇO									SIM. VPC10 para menores de 5 anos	SIM. VPC10 e VPC13
MenACWY					MenACWY				SIM. menC para menores de 5 anos	SIM. menC e menACWY
REFORÇO									NÃO	SIM
Duas doses de primovacinação antes dos 9 anos de idade									SIM. 3V para menores de 5 anos e grupos de risco	SIM. 3 V e 4V
DIAS NACIONAIS DE VACINAÇÃO									SIM	NÃO
									SIM	SIM
1ª dose		2ª dose							SIM. Dose única aos 15 meses (até menores de 5 anos)	SIM
1ª dose		2ª dose							SIM	SIM
1ª dose		2ª dose							SIM. Dose única aos 15 meses (até menores de 5 anos)	SIM
							Três doses		SIM. HPV4 - 2 doses para meninas de 9 a 14 anos e meninos de 11 a 14 anos	SIM
							REFORÇO		NÃO	SIM
							Três doses		NÃO	SIM

Algumas vacinas podem estar especialmente recomendadas para pacientes portadores de comorbidades ou em outra situação especial. Consulte os Calendários de vacinação SBIm pacientes especiais.



1<sup>a</sup> dose  
de cuidado



A UNIMED QUER QUE O  
SEU BEBÊ CRESÇA SEMPRE  
SAUDÁVEL E FELIZ.



Por isso oferecemos nossa proteção.

Na Clínica de Vacinas Unimed, **você ganha a primeira vacina do seu bebê.**

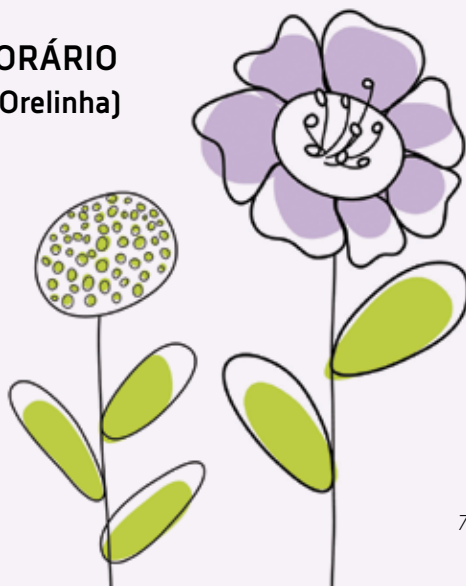
A **vacina BCG ID** deve ser administrada até 30 dias após o nascimento do bebê.

**LIGUE AGORA E AGENDE O SEU HORÁRIO**  
(no mesmo dia da realização do Teste da Orelhinha)

**3375-5050**

Rua Senador Souza Naves, 999  
Londrina - PR

Estacionamento na  
Rua Senador Souza Naves, 1018 (em frente)

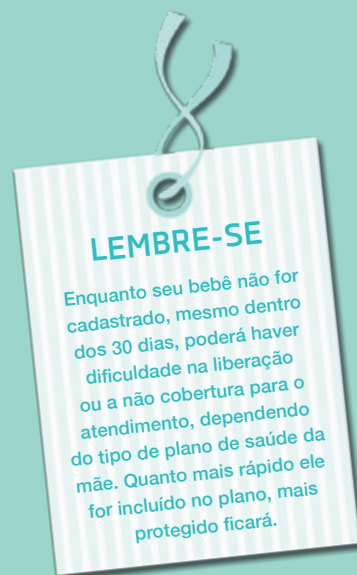


# inclusão do bebê

## INCLUSÃO DO BEBÊ NO PLANO DE SAÚDE

A inclusão do seu bebê deve ser feita no prazo de **até 30 dias após o nascimento**. Desta forma, seu bebê absorve as carências já cumpridas pela mãe, caso o parto tenha sido coberto pela Unimed Londrina (plano com opcional de obstetrícia).

Caso a inclusão não seja feita em 30 dias após o nascimento, o bebê terá que cumprir as carências normais.





## **INCLUSÃO NO PLANO INDIVIDUAL/FAMILIAR**

Para a inclusão do bebê, o cliente deverá procurar a Unimed Londrina ou nossos representantes de vendas, apresentando a certidão de nascimento, CPF do bebê e o cartão Unimed do contratante.

## **INCLUSÃO NO PLANO EMPRESARIAL**

O cliente do plano deverá procurar o setor responsável pelo Plano de Saúde na empresa onde trabalha, para fazer a inclusão do bebê (Recursos Humanos ou Departamento Pessoal).

Consulte nossos representantes de vendas através do telefone **3375-5000**



# bosque da vida



O nascimento de uma criança é um momento único para repensar a relação com o mundo. Afinal, como estará o planeta quando esta criança for um adulto?

Pensando nisso, a Unimed Londrina realiza o projeto **Bosque da Vida**, visando neutralizar suas emissões de gases de efeito estufa e sensibilizar os clientes para os cuidados com o meio ambiente, despertando-os para a questão da sustentabilidade.

No projeto Bosque da Vida, uma árvore é plantada em áreas de preservação ambiental em comemoração ao nascimento do seu bebê. Sua família também recebe uma árvore frutífera de pequeno porte no momento das primeiras vacinas do bebê que forem realizadas na Clínica de Vacinas da Unimed. Assim, você poderá plantá-la, acompanhar o seu crescimento e o do seu bebê, além de ensiná-lo a respeitar e cuidar do planeta.

**A Unimed realiza o plantio de árvores todo ano. Plante a sua também e ensine seu filho que amor e cuidado com o planeta se aprendem desde pequeno.**

# Benefícios, vantagens e facilidades para a família

O que você acha de ter a sua disposição uma série de descontos e sorteios exclusivos? Pensando no bem estar dos nossos clientes, a Unimed Londrina oferece um clube de benefícios que reúne várias empresas parceiras interessadas em qualidade de vida e que querem cuidar da sua saúde tanto quanto nós.

Nesta plataforma você encontrará benefícios ligados à alimentação, bem estar, atividade física, lazer, saúde e claro, materno infantil, com vantagens especiais pra você, mamãe e seu bebê.

Pensando em trazer comodidade e facilidade para sua vida, a Unimed Londrina lançou no mês de julho de 2017 o seu aplicativo. Por meio do APP, denominado de “Unimed Cliente PR”, você terá acesso ao cartão virtual que poderá ser apresentado no lugar da carteirinha, o guia médico completo, informações sobre autorização e liberação de procedimentos e muito mais. O aplicativo está disponível para IOS e Android, baixe agora mesmo.

**Siga Unimed Londrina nas redes sociais para ficar por dentro de mais benefícios para você e sua família. Aproveite!**

# amamentação

Amamentar é muito mais do que nutrir a criança, é um processo de interação entre mãe e filho.

O colostro, leite produzido pela mãe logo após o nascimento do bebê, é considerado a primeira imunização por ser rico em anticorpos e proteínas.

A apojadura (ou descida do leite) geralmente acontece de 3-5 dias após o nascimento. A produção vai aumentando de acordo com a demanda do bebê, por isso é essencial oferecer a mama sempre que ele quiser (livre demanda).

**Não existe leite fraco.** O leite inicial é mais claro porque possui menos gordura (aos poucos, vai ficando amarelado e com mais gordura).

É importante que o bebê mame um peito até esvaziá-lo e só depois passe para o outro, se for o caso. Nos primeiros dias, é necessária uma dedicação maior.

O aleitamento deve ser exclusivo até o 6º mês de vida do bebê e se estender até os 2 anos de idade.





## BENEFÍCIOS DO ALEITAMENTO MATERNO

- Alimento pronto e na temperatura certa;
- Promoção do vínculo afetivo entre mãe e filho;
- Evita mortes infantis;
- Evita infecção respiratória, diarreias e alergias;
- Diminui o risco de hipertensão, colesterol alto, diabetes e obesidade;
- Efeito positivo na inteligência;
- Melhor desenvolvimento da cavidade bucal;
- A mãe que amamenta tem proteção contra câncer de mama e evita nova gravidez.

# Dicas para mamãe na amamentação

- Procure um lugar tranquilo e confortável para amamentar;
- A higiene dos seios deve ser feita com o próprio leite materno, antes e após a mamada;
- Não aplique nenhum tipo de creme hidratante nos mamilos, pois o bebê pode deixar de mamar devido ao sabor desagradável, além de favorecer a umidade, facilitando a fissura;
- Faça massagem na mama que será oferecida sempre que necessário. A aréola deve estar macia para o bebê.
- O corpo do bebê deve estar bem próximo ao da mãe (barriga com barriga). O bebê deve abocanhar a maior parte da reola, e não só o bico.
- A cada mamada, faça o revezamento da mama.
- Evite o uso de conchas e absorventes dde mama, pois podem deixar mamilos umidos e abafados, desencadeando o aparecimento de fungos
- Tenha uma alimentação equilibrada e mantenha a ingestão de líquidos.



## Arroto

Ao final da mamada, coloque o bebê em posição vertical, com a barriguinha encostada no seio, para que ele possa expelir o ar que deglutiu juntamente com o leite. Alguns arrotam de imediato, outros entre 5 e 10 minutos. Porém, alguns bebês não arrotam porque estão com a pega correta e não engolem ar durante a mamada.

## Amamentação de gêmeos

Tente amamentar seus bebês ao mesmo tempo. A amamentação simultânea economiza tempo e permite satisfazer as demandas dos bebês. Evidências apontam que mulher produz mais leite quando amamenta simultaneamente

## Ingurgitamento mamário

O ingurgitamento fisiológico é normal e representa a descida do leite. As mamas ficam inchadas, brilhantes e mamilos achatados, dificultando a pega do bebê. Para aliviar esta complicação é necessário massagem nas mamas, mamadas frequentes, ordenha manual (sempre que necessário) e compressa fria.

## Fissuras

Fissura é a causa mais comum de dor para amamentar. Se deve a lesões nos mamilos por posicionamento e pega incorreta. Saiba como evitar:

- Evitar ingurgitamento mamário;
- Evite sabonetes, óleos e cremes nas mamas;
- Quando for retirar o bebê do peito, coloque um dedo sobre o mamilo e pressione até o bebê soltar a mama;
- Certifique-se de que a aréola e o mamilo estão bem posicionados na boca do bebê na hora da amamentação;
- Não use protetor de mamilo, pois podem causar trauma mamilar.

## Mastite

Mastite é um processo inflamatório ocasionado por leite acumulado, comum na 2ª e 3ª semana após o parto. Pode ocasionar mal-estar, febre alta (acima de 38°C) e calafrios. Para evitar a mastite, evite o acúmulo de leite. neste caso, procure seu médico para tratamento e mantenha a amamentação.

# o papel do pai na amamentação

A troca de carinho entre pais e filhos é extremamente saudável para o futuro da criança, fazendo com que o bebê se torne um adulto seguro.

O pai pode participar da amamentação de diversas formas:

- Encorajando e incentivando a mulher a amamentar;
- Sempre que possível, participando do momento da amamentação. Sua presença e apoio são fatores importantes para vínculo mãe-pai-filho;
- Sendo paciente e compreensivo, pois nesta fase as necessidades do recém-nascido são prioritárias;
- Trocando fraldas, dando banho, vestindo, etc;
- Procurando ocupar-se dos outros filhos (se tiver), para que eles não se sintam rejeitados com a chegada do novo irmão;
- Entendendo as variações normais do apetite sexual de sua mulher;
- Não comprando leite, mamadeiras ou chupetas, porque o aleitamento materno deve ser exclusivo até os seis meses do bebê.

# amamentar

## PROGRAMA DE ALEITAMENTO MATERNO

São incontestáveis os benefícios da amamentação para o bebê. O leite materno deve ser a única fonte de alimento para a criança até os seis meses de vida. Na teoria parece óbvio e fácil seguir essa lei natural, mas muitas mães ficam frustradas quando encontram dificuldades para amamentar.

Pensando nisso, a Unimed Londrina oferece atendimento de enfermagem para clientes com dúvidas em relação à amamentação: é o **Programa Saúde Bebê-Amamentar**, que tem como objetivos:

- Orientar as novas mães sobre as vantagens do aleitamento materno;
- Intervir em problemas precoces e tardios;
- Orientar a pega correta;
- Orientar a ordenha manual;
- Orientar a prática e manejo em aleitamento materno.



O atendimento é gratuito e deve ser agendado pelo telefone **3375-6016**.

# Outros serviços de apoio à amamentação

## Centro de Lactação

O **Centro de Lactação** - CELAC atua no atendimento multidisciplinar de apoio nas dificuldades da amamentação.

O atendimento é gratuito, aberto à comunidade e realizado no Campus da UEL (Hospital das Clínicas), e deve ser agendado pelo telefone **3371-5750**.



O Banco de Leite Humano do Hospital Universitário de Londrina também presta atendimento gratuito às mulheres que apresentam dificuldades na amamentação e para mulheres que querem se tornar doadoras de leite materno.

Ligue **3371-2390** e um profissional do Banco de Leite irá à sua casa para fornecer frascos e orientar no retiro e armazenamento. Depois, a equipe retornará para pegar o leite refrigerado. Muitos bebês se beneficiarão com este alimento.

Como doar:

- Selecione frascos de vidro com tampa plástica para armazenar leite. Este deve ser lavado com água e sabão e fervido por 15 min. em panela com água;
- Escolha um lugar limpo e tranquilo;
- Retirar o leite após a mamada do bebê;
- Sempre desprezar os primeiros jatos;
- Prenda cabelos;
- Evite conversar durante a retirada do leite;
- Lave as mãos e antebraços com água e sabão e seque com toalha limpa;
- Despreze os primeiros jatos e inicie a coleta do frasco;
- O leite pode ficar armazenado no congelador por até 15 dias e na geladeira por no máximo 12 horas.
- Se perceber que tem sobra de leite não jogue. Ligue que a equipe vai na casa para orientar sobre a doação.

***Obs: Só doe leite se você não possui doenças infecto-contagiosas e não está usando medicamento controlado.***

# Bebê Clínica

A Universidade Estadual de Londrina (UEL) oferece prevenção odontológica para bebês. A Bebê Clínica faz acompanhamento odontológico com crianças de 0 a 5 anos. Para iniciar o acompanhamento, os pais devem procurar a clínica antes da criança completar 4 meses.

A Bebê Clínica fica na Rua Benjamin Constant, 800. Ela oferece ainda atendimento de Pronto Socorro, caso seja necessário. O atendimento acontece das 08h00 às 11h30 e das 14h00 às 17h30. Se você precisar de mais informações, ligue para o telefone **3323-9455** ou acesse o site **[www.bebeclinica.com.br](http://www.bebeclinica.com.br)**.



# banho do bebê

## Pequenas regras que devem ser seguidas:

- O banho deve ser diário;
- Antes de começar, deixe tudo preparado próximo a você (material de higiene, roupas de acordo com o clima e toalha);
- Evite correntes de ar no local do banho, feche janelas e portas;
- Use sempre sabonete neutro ou glicerinado;
- Prepare a banheira colocando água com temperatura de 36° a 37°C e coloque a região interna do antebraço para experimentar;
- Comece o banho pela cabeça, com o bebê ainda com roupa, evitando assim que perca o calor. Lave os olhos e o rostinho somente com água. Depois disso, lave o cabelinho usando, de preferência, soluções neutras à base de glicerina. Seque o rosto e o cabelo do bebê;
- Coloque o bebê na banheira segurando-o com seu braço, de forma que a cabeça fique apoiada em seu antebraço, lavando primeiro a frente e depois, atrás. Ensaboe e enxágue todo o corpo com delicadeza;
- Deixe por último a região genital e bumbum, e cuide para que seu rostinho fique fora da água;
- Enxágue novamente, terminando o banho;
- O banho pode ser um dos momentos de maior prazer entre você e seu bebê;
- Nunca deixe seu bebê sozinho na banheira ou trocador;



## Enxugar o bebê

- Coloque o bebê sobre a toalha;
- Depois de lavar o coto umbilical com água e sabão, seque e faça a limpeza no local, retirando as secreções com cotonete (fazer uso de soluções conforme prescrição do pediatra). Este curativo deve ser feito pelo menos uma vez ao dia, cuidando para não cobrir a região umbilical;
- Vista o bebê;
- Por último, limpe externamente a orelha do bebê com a ponta de uma fralda

## Diferença na higiene dos meninos e das meninas

### MENINAS

- A higiene da vulva deve ser feita sempre de frente para trás;
- Abra os grandes lábios e verifique se há resíduos de fezes entre os pequenos lábios. Se houver, limpe-os delicadamente com algodão umedecido. É comum uma secreção esbranquiçada, de difícil retirada;

### MENINOS

- Não force a pele que recobre a glândula do pênis;
- Exponha e remova delicadamente as secreções e resíduos com algodão umedecido, limpando também as dobras do saquinho;
- Não faça massagem na glândula do pênis, sem orientação médica.

## Banho de sol do bebê

O banho de sol do bebê deve ter duração média de três a cinco minutos, no máximo duas vezes ao dia, no horário at´as 10hs ou após as 16hs. Deixe o bebê bem à vontade, de fraldas ou nu.



# as cólicas

As cólicas podem surgir na segunda semana de vida, tanto em bebês que recebem aleitamento materno como em bebês alimentados artificialmente. Elas também podem surgir por imaturidade do aparelho digestivo, deglutição de ar e até mesmo reação a determinado alimento – chocolates, queijos, refrigerantes, etc –, na alimentação da mãe. Para evitá-las, a mamãe deve:

- Observar o que come e como o bebê se comporta depois das mamadas;
- Ao amamentar, introduzir a maior parte da aréola na boca do bebê e após cada mamada colocá-lo para arrotar em posição vertical, encostando no peito da mãe ou do pai;
- Nunca dar medicamento sem orientação do pediatra;
- Massagear com movimentos circulares toda a barriga do bebê ou flexionar suas perninhas contra o abdômen, de forma que os joelhos comprimam delicadamente a barriguinha;
- Colocar compressas aquecidas ou bolsas de água quente no abdômen;
- Evitar ficar nervosa com as cólicas, sua ansiedade e insegurança são sentidas pelo bebê que reage com mais cólicas;
- Entender que esse período não dura mais que 3 meses e meio.

# Prevenção de assaduras

As assaduras ocorrem por vários fatores: umidade, superaquecimento e irritação da pele. Alguns cuidados para prevenir as assaduras:

- Troque as fraldas frequentemente, mantendo o bebê sempre seco e limpo;
- Remova os resíduos de fezes, usando chumaços de algodão embebidos em água morna e sabão ou, se preferir, faça higiene completa na banheira;
- No caso de urina, adote o mesmo procedimento, pois a decomposição da mesma juntamente com a umidade provoca as assaduras;
- O uso de pomadas anti-assadura deve ser prescrita pelo pediatra.

## O umbigo

A mamãe deverá ter alguns cuidados especiais com o coto umbilical, pois ele geralmente produz algumas secreções caindo entre o 7º e o 14º dia de vida do bebê.

- Ao trocar a fralda do bebê, verifique se há mau cheiro ou vermelhidão no umbigo e procure o pediatra, se isso ocorrer;
- No caso de secreções, faça a limpeza conforme a prescrição médica;
- Não use faixas, moedas, fumo, botões ou qualquer adesivo no coto umbilical;
- Quando o coto cair, o curativo poderá ser feito da mesma maneira até sua completa cicatrização;
- É comum sair secreção amarelada com um pouco de sangue durante o processo de cicatrização;
- Não deixe o umbigo abafado com fralda ou gaze.



# dicas de sono

Ao chegar da maternidade, os pais podem ter a sensação de que vão levar muito tempo para voltar a dormir uma noite inteira novamente. É que nessa época, alguns recém-nascidos têm uma frequência de sono irregular. Isso porque o relógio biológico do bebê, responsável por influenciar as fases de sono e vigília (o tempo que ele fica acordado), ainda não está organizado. Essa organização virá aos poucos com o desenvolvimento do sistema nervoso do bebê. Nessa fase, não estranhe se o recém-nascido acordar quando sentir fome ou tiver alguma outra necessidade, e adormecer tão logo for atendido. É por isso que eles dormem naturalmente 16 horas por dia, abrindo os olhos a cada duas ou quatro horas, em geral para as mamadas. O sono do bebê tende a melhorar a partir do terceiro ou quarto mês, quando seu cérebro inicia a produção de melatonina, substância que faz com que ele fique acordado. O resultado é uma melhor organização dos ciclos de atividade e repouso e uma distinção entre dia e noite.

Mas até lá, vocês já podem ir ensinando seu filho a dormir à noite. Aqui vai uma dica para ajudá-lo:

- Depois de alimentá-lo, deixe-o em posição vertical por pelo menos 10 minutos. Depois coloque-o de volta no berço para dormir.



## DIREITOS DA CRIANÇA

Toda criança possui direitos por lei e é dever do Estado, da sociedade e, especialmente da família, assegurar-lhe tais direitos.

É garantido à criança proteção integral, facilidade para desenvolvimento físico, mental, moral, espiritual e social, em condições de liberdade e dignidade.

É dever da família assegurar direitos referentes à vida, à saúde, à alimentação, à educação e ao lazer.



# direitos da mamãe

Em várias instituições, públicas e privadas existem guichês e caixas especiais ou prioridades das filas para atendimento a gestantes. As mães têm direito à licença-maternidade, a horários especiais para amamentar o bebê e ao auxílio-creche.

## Licença-maternidade

A regulamentação da Lei 11.770/2008 ocorreu no final de dezembro de 2009, por meio do Decreto 7.052, de 23 de dezembro de 2009, produzindo efeitos a partir de 1º de janeiro de 2010.

Pela lei, os quatro primeiros meses de licença-maternidade continuarão sendo pagos pelo Instituto Nacional do Seguro Social (INSS). Os salários dos dois meses a mais serão pagos pelo empregador.

A lei criou a Empresa Cidadã, que basicamente prevê a concessão de incentivos fiscais às Empresas que aderirem ao projeto de ampliação da licença-maternidade de 120 para 180 dias. No entanto, para as empresas privadas, esta adesão é facultativa.

## Licença-maternidade da Mãe Adotiva

O artigo 392-A da CLT, alterado pela Lei 10.421/02, garante à empregada que adotar ou obtiver a guarda judicial para fins de adoção, o direito à licença-maternidade, sendo que o tempo de duração da licença varia de acordo com a idade da criança.

- a) até um ano de idade, licença de 120 dias;
- b) entre 2 e 4 anos de idade, licença de 60 dias;
- c) entre 4 e 8 anos de idade, licença de 30 dias.

A licença-maternidade só será concedida mediante a apresentação do termo judicial de guarda à adotante ou guardiã.

## Amamentação

A mulher terá direito, após o nascimento do filho e até que ele complete 6 meses de idade, a um intervalo de uma hora ou dois intervalos de meia hora para a amamentação, durante a jornada de trabalho.

## Licença-paternidade

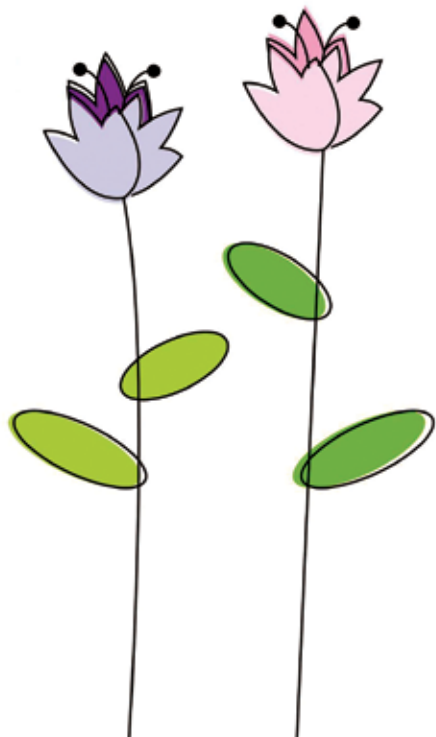
Nos termos do artigo 7º, inciso XIX da CF/88 c/c artigo 10, 1º do Ato das Disposições Constitucionais Transitórias da Cf/88, o prazo de licença-paternidade é de 5 dias.

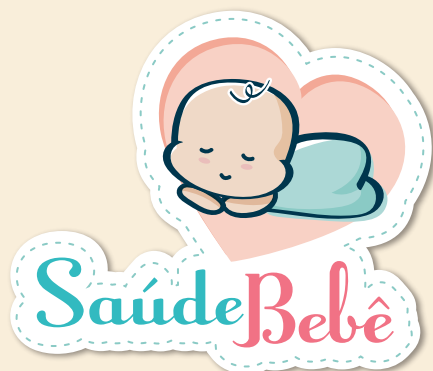
Pais que são funcionários de empresa que fazem parte do Programa de Empresa Cidadã, terão direito a 20 dias de licença. Verifique na sua empresa.

# Quando a mamãe volta a trabalhar

- Peça ao pediatra que faça um esquema de alimentação de acordo com o horário de trabalho da mãe, do intervalo entre as mamadas e da idade do bebê;
- Evite o uso de outros leites e dê preferência para o leite materno;
- Para evitar transtornos no trabalho, retire o leite antecipadamente e conserve na geladeira (nunca na porta) com duração de 12 horas e no *freezer* por até 15 dias. Aqueça em banho-maria. Em caso de sobra, despreze o leite.

*E não se preocupe, o bebê não demorará a acostumar-se com a nova rotina.*





[www.unimedlondrina.com.br/bercariovirtual](http://www.unimedlondrina.com.br/bercariovirtual)



**SAC 0800 400 6100**

[www.unimedlondrina.com.br](http://www.unimedlondrina.com.br)