



ESCOLA
SUPERIOR
DE SAÚDE
CRUZ
VERMELHA
PORTUGUESA



CUIDAR DESDE O INÍCIO

“UMA ABORDAGEM
MULTIDISCIPLINAR”

17 MAIO

9h30-12h30

PRESENCIAL

ESS. O Futuro da Saúde.

CUIDAR DESDE O INÍCIO - “UMA ABORDAGEM MULTIDISCIPLINAR”

No âmbito da Pós-Graduação em Osteopatia Materno-Infantil, coordenado pela professora Sílvia Gomes, a área de Osteopatia da Escola Superior de Saúde da Cruz Vermelha de Lisboa, em parceria com a Ajuda de Mãe, organiza o evento “Cuidar desde o início: uma abordagem multidisciplinar”, que terá lugar no próximo dia 17 de maio de 2025, entre as 9h30 e as 12h45, no auditório da escola.

A participação no evento é gratuita com inscrição obrigatória

A inscrição dá acesso ao coffee break e à participação num giveaway

17 MAIO PROGRAMA

09h00

Receção dos participantes

09h30

MESA REDONDA – GRAVIDEZ E PARENTALIDADE NO SÉC. XXI

- Promoção da saúde mental materna e prevenção da depressão pós-parto
- Preparação para o parto e gestão da dor no pós-parto
- Informação e desinformação em saúde nas redes sociais
- O papel da osteopatia durante e após a gravidez
- Partilha de experiência de parentalidade

Palestrantes:

- Bárbara Mendes e Tiago Bandarra
- Andreia Amaral
- Sílvia Gomes
- Sofia Albuquerque Brás
- Helena Oliveira

Moderadora:

- Margarida Telhado

11h00

Coffee Break

11h30

PARCERIA DE SUCESSO NO APOIO À AMAMENTAÇÃO

EM PARCERIA COM A ASSOCIAÇÃO AJUDA DE MÃE

Palestrantes:

- Beatriz Maria
- Carla André
- Margarida Telhado

12h30

Giveaway

NOTAS CURRICULARES DOS PALESTRANTES

BÁRBARA MENDES E TIAGO BANDARRA

Pais da pequena Maria Luísa que completou agora 1 ano vêm partilhar como tem sido a experiência da paternidade pela primeira vez.

MARGARIDA TELHADO

Desde 1997, dedica-se ao apoio a mães, bebés e famílias, com experiência na MAC, Hospital Fernando da Fonseca e, desde 2011, como coordenadora do projeto “Vamos dar de Mamar” na Ajuda de Mãe. Formadora certificada (CCP) e Consultora Internacional de Lactação (IBCLC), tem vasta formação nas áreas da parentalidade, desenvolvimento infantil, aleitamento materno e saúde mental perinatal, incluindo cursos e certificações nacionais e internacionais. Acompanhou mais de 6000 famílias e tem contribuído como preletora e formadora em diversos congressos, seminários e entidades, sendo também membro ativo da Comissão Interinstitucional “Amadora e Sintra Juntos no Aleitamento Materno”. É casada e mãe de três filhos, dois deles gémeos.

SÍLVIA GOMES

Osteopata com 21 anos de experiência, exerce em consultório próprio desde 2005. Concluiu o Mestrado em Gestão e Avaliação de Tecnologias da Saúde em 2020 e encontra-se atualmente a realizar o Doutoramento em Saúde Pública, com um projeto de investigação focado na definição do perfil do osteopata. Desde 2016, é diretora da área de Osteopatia na ESSCVP-Lisboa. É sócio-gerente da Clínica Hygeia – Clínica de Osteopatia de Lisboa. Apaixonada pela área da saúde desde a infância, valoriza o trabalho em equipa. É casada e mãe de dois filhos.

BEATRIZ MARIA

Licenciada em Osteopatia pela ESSCVP-Lisboa e com uma Pós-Graduação em Osteopatia Pediátrica pela University College of Osteopathy. Concluiu o Mestrado em Saúde Pública em 2023 e em Setembro de 2025 começa o seu percurso no Doutoramento em Saúde Pública. Com um carinho especial pela pediatria, é também orientadora de estágio na licenciatura de Osteopatia na Ajuda de Mãe, transmitindo seu conhecimento a futuros profissionais da área.

SOFIA ALBUQUERQUE BRÁS

Médica, com Mestrado Integrado em Medicina pela NOVA Medical School (2013-2019), e atualmente interna de 5º ano em Ginecologia e Obstetrícia na Maternidade Dr. Alfredo da Costa. Com uma

especialização voltada para a saúde sexual e reprodutiva, concluiu em 2022 uma Pós-Graduação em Sexologia Clínica pelo Instituto Português de Psicologia, destacando-se pela dedicação ao cuidado integral da mulher em todas as fases da vida.

ANDREIA AMARAL

Enfermeira desde 2012, inicialmente em serviços de adultos e idosos. Após um grave acidente de viação, desenvolveu um interesse especial pela segurança de bebés e crianças, direcionando a sua carreira para a pediatria. Desde 2013, trabalhou em serviços de pediatria, destacando-se na urgência pediátrica, onde encontrou a sua vocação. Concluiu o primeiro mestrado na área em 2017 e, em 2024, tornou-se mestre e especialista em saúde infantil e pediátrica. A sua experiência e maternidade inspiraram-na a fundar o projeto SOSMAMÃ, que oferece serviços de enfermagem ao domicílio e em clínica, além de formação para profissionais de saúde e educação. Em 2025, lançou o livro "SOS Mamã", um guia prático para pais e cuidadores.

CARLA ANDRÉ

Enfermeira Especialista em Saúde Materna e Obstétrica e Conselheira em Aleitamento Materno. Exerce funções na Unidade de Cuidados na Comunidade Amadora+ da ULS Amadora e Sintra. Responsável pelo Curso Preparação Para Nascimento e Parentalidade e Membro da Comissão “Amadora e Sintra Juntos no Aleitamento Materno”. Licenciada pela Escola Superior de Enfermagem Franciscanas Missionárias de Maria, atualmente São Francisco das Misericórdias. Em 2007 especializou-se em Saúde Materna e Obstétrica. Além disso, contribuiu com artigos para publicações como a Revista Diferença da IPSS Fundação AGID, abordando temas relacionados com o aleitamento materno.

HELENA OLIVEIRA

Psicóloga, Especialista em Parentalidade e Educação Positivas. Licenciada em Psicologia pelo ISMAI, conta com uma Pós-Graduação em Psicologia da Gravidez e Parentalidade (InsPsic), bem como formações avançadas na área da Parentalidade e Educação Positivas, pela Escola da Parentalidade. É mãe do Santi, de 7 anos, e vive com paixão o mundo da parentalidade, unindo o saber técnico à experiência pessoal. Amante da vida, da natureza, das relações humanas e da solidariedade, acredita que é nas conexões autênticas que nasce a verdadeira transformação.

INSCRIÇÕES

A participação no evento é gratuita, mas carece de inscrição obrigatória, estando as vagas limitadas à lotação do auditório. Faça aqui a sua inscrição: <https://forms.gle/96m8oZnCyvQsLj5U8>

**PARA MAIS INFORMAÇÕES
OU ESCLARECIMENTO DE QUESTÕES:**

Beatriz Maria – bmaria@esscvp.eu
(+351) 213 616 790

PARCEIROS

