

# APRESENTAÇÃO



**NAYARA CAROLINA**

Consultora em Amamentação



# QUEM SOU EU?

Prazer, sou a Nayara, mãe da Giovana e do Dante, fisioterapeuta e consultora em amamentação. Me tornei consultora depois de muitos perrengues na segunda amamentação, quase desisti, mas cheguei aos 6 meses de forma exclusiva e sigo amamentando até hoje. Acredito que as mulheres não precisam passar pelo que passei, por isso meu foco é me especializar cada vez mais em temas relacionados a saúde da dupla mãe/bebê. Por trás de cada atendimento há muito estudo, pesquisa, aprimoramento e paixão envolvidos.

Minha missão é realizar atendimentos de qualidade apoiando e contribuindo para o estabelecimento da amamentação de forma mais leve, difundir informação com o objetivo de aumentar a confiança e autonomia das mães. Meu propósito é contribuir para a desmistificação da amamentação com ênfase no empoderamento materno, tendo como valores a empatia, respeito e incentivo a autonomia.

## NAYARA CAROLINA

Consultora em Amamentação





# CONSULTORIA EM AMAMENTAÇÃO

Você conhece todos os benefícios do aleitamento? Como é a produção do leite? A importância do colostro? Os cuidados que devem ser tomados na descida do leite? O que causa baixa produção? Sinais de fome e saciedade do bebê? Como saber se as mamadas estão satisfatórias? Como prevenir fissuras?

A amamentação é cercada de mitos, um deles é pensar que basta colocar o bebê no peito, mas na verdade é fundamental ter informação e apoio, entender que é um aprendizado para mãe e bebê. Ter uma profissional capacitada em amamentação pode fazer toda diferença. Sabendo que a prevenção é o melhor remédio a consultoria pode fazer parte do enxoval na gestação. E em casos de problemas já estabelecidos é importante procurar ajuda o mais rápido possível para definir estratégias específicas para cada dupla.

Ficarei muito grata e feliz em fazer parte da sua história entendendo seu desejo, informando, respeitando, apoiando suas escolhas e contribuindo para que tenha autonomia e segurança.



[Clique aqui para conhecer meu Instagram](#)

## NAYARA CAROLINA

Consultora em Amamentação



# PLANO FAMÍLIA INFORMADA

## Curso preparatório para amamentação

Sugiro que estejam presentes o companheiro e avó/tia ou alguém que será parte da sua rede de apoio, que será agendado a partir da 30ª semana de gestação. Serão abordados os benefícios do aleitamento, cuidados com as mamas, golden hour, o colostro e necessidades do bebê, cuidados na descida do leite, livre demanda, sinais de fome e saciedade do bebê, pega e posicionamento, como saber se o bebê está mamando de forma efetiva, posições para amamentar, impacto de bicos artificiais, alternativas para oferecer o leite na ausência da mãe, itens de enxoval, principais intercorrências e como prevenir. Exterogestação, choro do bebê e rede de apoio. Esclarecimento de dúvidas.

## Consulta pós parto

A consulta acontece em domicílio, após alta hospitalar ou no período de alojadura. Duração aproximada de 1h e 30m a 2h 30m. Será realizada avaliação da mãe, avaliação do bebê, avaliação da mamada. Serão estabelecidas estratégias junto com a família de acordo com as demandas apresentadas. Em caso de necessidade está inclusa a aplicação do laser.



**Envio de plano de ação em ação em até 24 horas**



**Ebook com informações valiosas sobre amamentação**



**Acompanhamento via whatsapp por 20 dias**

**Investimento: R\$400,00**

No ato da adesão peço 20% do valor total para garantia da disponibilidade.

O valor total poderá ser pago em até 3 vezes via pix ou boleto

Caso a família precise de um retorno presencial o valor é 150,00

Valor válido para atendimentos em São Sebastião do Paraíso

# PLANO MAMÃE PREVENIDA

## Consulta pós parto contratada durante a gestação

A consulta acontece em domicilio, após alta hospitalar ou no período de apojadura. Duração aproximada de 1h e 30m a 2h 30m. Será realizada avaliação da mãe, avaliação do bebê, avaliação da mamada. Serão estabelecidas estratégias junto com a família de acordo com as demandas apresentadas. Em caso de necessidade está inclusa a aplicação do laser.



Envio de plano de ação em ação em até 24 horas



Ebook com informações valiosas sobre amamentação



Acompanhamento via whatsapp por 15 dias

**Investimento: R\$200,00**

No ato da adesão peço 20% do valor total para garantia da disponibilidade via pix ou boleto.

O valor total poderá ser pago em até 2 vezes via pix ou boleto

Caso a família precise de um retorno presencial o valor é 150,00

Valor válido para atendimentos em São Sebastião do Paraíso

# PLANTÃO

## Consulta plantão

A consulta de plantão ocorre quando já há uma intercorrência estabelecida. A consulta acontece em domicílio. Duração aproximada de 1h e 30m a 2h 30m. Será realizada avaliação da mãe, avaliação do bebê, avaliação da mamada. Serão estabelecidas estratégias junto com a família de acordo com as demandas apresentadas. Em caso de necessidade está inclusa a aplicação do laser.



Envio de plano de ação em ação em até 24 horas



Ebook com informações valiosas sobre amamentação



Acompanhamento via whatsapp por 15 dias

**Investimento: R\$250,00**

O valor poderá ser dividido em 2 vezes, sendo uma paga na consulta e a outra em um mês, via pix ou boleto.

Caso a família precise de um retorno presencial o valor é 150,00

Valor válido para atendimentos em São Sebastião do Paraíso

**Agradeço seu contato e me coloco a  
disposição para quaisquer  
esclarecimentos.**

**Além dos atendimentos pré parto e pós  
parto imediato ofereço consultoria de  
retorno ao trabalho .**



**Nayara Carolina Alves**  
**Fisioterapeuta**  
**CREFITO 4/168513-F**  
**Consultora em Amamentação**  
**nayaracarolinassp@hotmail.com**  
**(35) 9.8812-1770**

**NAYARA CAROLINA**  
Consultora em Amamentação



**Agradeço seu contato e me coloco a  
disposição para quaisquer  
esclarecimentos.**

**Além dos atendimentos em desmame  
ofereço atendimento pré-parto e pós-  
parto imediato e retorno ao trabalho .**



**Nayara Carolina Alves**  
**Fisioterapeuta**  
**CREFITO 4/168513-F**  
**Consultora em Amamentação**  
**nayaracarolinassp@hotmail.com**  
**(35) 9.8812-1770**

**NAYARA CAROLINA**  
Consultora em Amamentação

