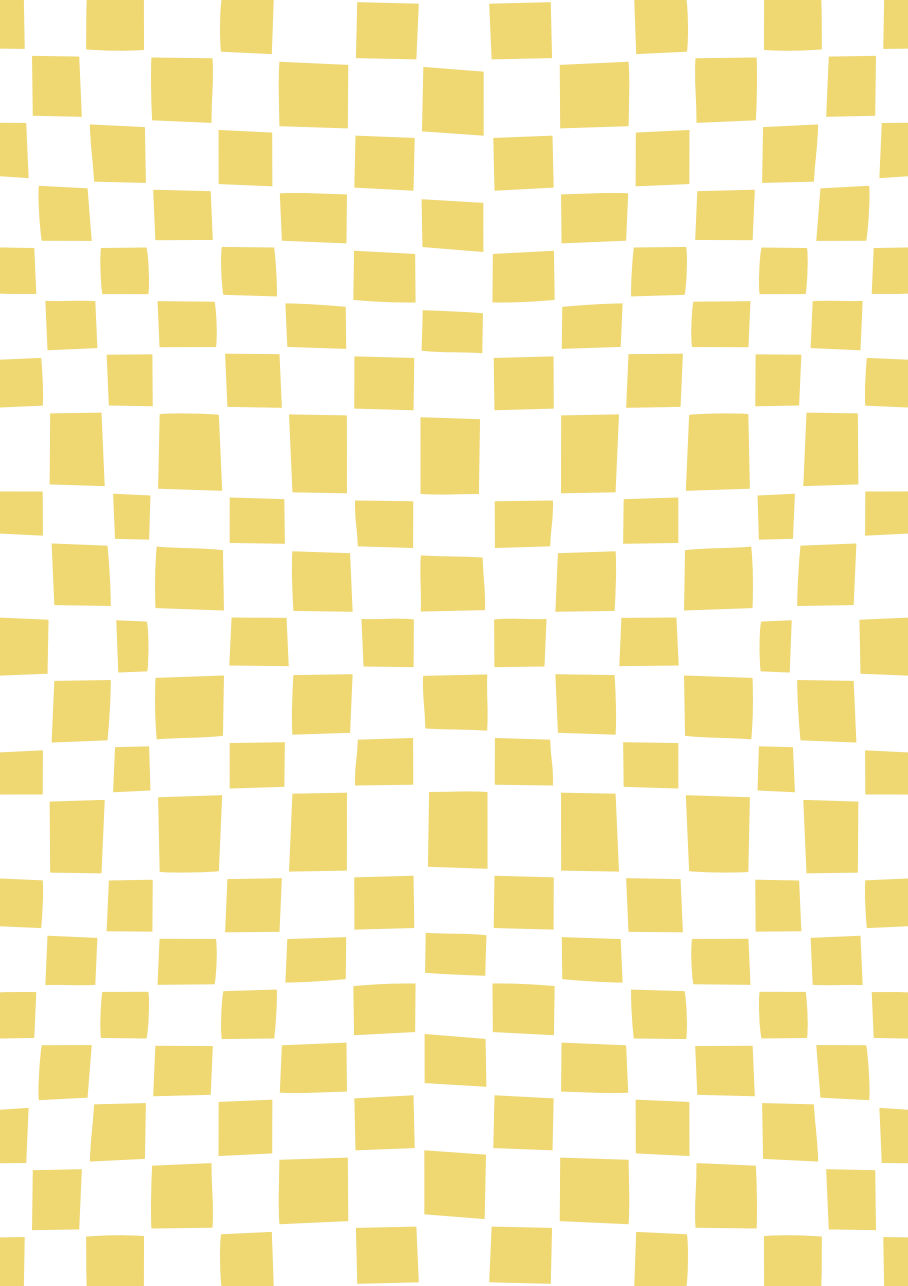




do
Peito
ao
Prato

1 a 7 agosto 2024





do
Peito
ao **Prato**



Gotas de afeto e saúde	6
Leite humano, alimento que vale ouro	8
Vantagens do leite humano	10
Rede de apoio importa	11
Doze passos para uma alimentação saudável de crianças menores de 2 anos	12
Introdução alimentar complementar, uma jornada de descobertas	14
Quando o bebê está pronto?	15
O que oferecer?	16
Um momento de convivência	17
Programação	
Abertura	18
Capital e Grande São Paulo	20
Interior e Litoral	36
Mínibiografias	58
EAD Sesc Digital	66
Espaço de Brincar	67
Ensinando e aprendendo	68
Endereços das unidades	70

Gotas de Afeto e Saúde

Luiz Deoclecio Massaro Galina
Diretor do Sesc São Paulo



A alimentação é indispensável à vida. Desde o nascimento, alimentar-se é mais do que ingerir nutrientes, é desbravar o mundo por meio de gostos, aromas e texturas. As gotas de leite são o primeiro sabor que muitos bebês experimentam. Sabor de um mundo que, aliás, também terá gosto de frutas, legumes e tantos outros alimentos experimentados em cada etapa do desenvolvimento.

O tema também é perpassado por uma série de particularidades e desafios. Em um país habitado por cidadãos com uma multiplicidade de marcadores sociais, a amamentação e a introdução alimentar complementar podem assumir diferentes configurações. Assim, é preciso pensá-las contemplando a diversidade de pessoas e de experiências, individuais e coletivas, particulares e públicas, buscando promover a saúde e acolher as singularidades dos indivíduos e grupos.

Nesse sentido, o projeto Do Peito ao Prato propõe reflexões sobre a importância do aleitamento humano e da introdução alimentar adequada para bebês de zero a dois anos. Em sua sexta edição, apresenta atividades que abordam a relevância da alimentação saudável na primeiríssima infância, considerando-a a partir de uma perspectiva complexa e que contempla não apenas a sua dimensão nutricional, mas reconheça seus desdobramentos sociais, econômicos, culturais, ambientais, políticos, dentre outros.

Para o Sesc, ações como essa concretizam sua missão educativa de promover a saúde e a cidadania aos seus públicos, em distintas fases da vida.

Leite humano, alimento que vale ouro



A chegada de um bebê é um momento transformador no cotidiano das famílias. Receber uma nova vida é uma experiência única, complexa e vivenciada de diversos modos. Em algumas casas, os primeiros meses de vida saem como o planejado mas, em outras, diferentes da expectativa. E, em um momento tão singular, o que pode auxiliar no dia a dia são informações adequadas e acolhimento.

No que tange à alimentação, de acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), o leite humano deve ser o único alimento para o bebê até os 6 meses de idade. Idealmente, deve ser oferecido até os 2 anos ou mais, mesmo após a introdução alimentar complementar. Isso porque ele é considerado completo para o bebê do ponto de vista nutricional, um alimento "padrão ouro".

No Brasil, pesquisas indicam que o percentual de crianças com menos de 6 meses alimentadas exclusivamente com leite humano não alcançava 3% em 1986. Em 2008, o número era de 41% e, em 2022, a amamentação exclusiva chegou a 46% dos bebês, segundo o Ministério da Saúde. Apesar do crescimento, o número ainda é inferior à meta da OMS: 50% até 2025.



Vantagens do leite humano

A hora da amamentação pode ser um momento especial para fortalecer o vínculo entre o recém-nascido e a pessoa que amamenta, um período de troca, afetos e de conhecer um ao outro.

Inúmeras são as vantagens para o bebê, como menciona o professor Marcus Renato de Carvalho, pediatra e especialista em amamentação, e um dos fundadores do site aleitamento.com.br. O leite humano ajuda na prevenção de infecções, alergias e doenças crônicas não transmissíveis, como diabetes e hipertensão. "Ainda há o benefício da sucção, que previne distúrbios fonoaudiológicos e ortodônticos", completa.

Para quem amamenta, os benefícios também são grandes, contribuindo para a proteção contra câncer de mama, ovário e útero, além de ajudar a prevenir doenças no futuro, como a osteoporose e o infarto. Também representa uma economia doméstica porque, além de ajudar a prevenir doenças do bebê e da mãe, o gasto com amamentação é zero.

Segundo o Guia, a amamentação também faz bem ao planeta, evitando produtos geradores de detritos, como latas e plásticos, contribuindo na redução da emissão de gás metano, com resultado direto no efeito estufa.

Rede de apoio importa

Nem sempre é fácil oferecer exclusivamente o leite humano ao bebê, especialmente em livre demanda. Mães solo, com baixa renda ou em situação de vulnerabilidade social podem ter ainda mais dificuldades. Por isso, uma rede de apoio composta por familiares e amigos é fundamental. Carvalho destaca que “a mulher não amamenta sozinha. A rede de apoio começa em casa, se estende para a comunidade, sociedade, locais de trabalho e estudo”.

O Guia Alimentar Para Crianças Brasileiras Menores de 2 Anos (2019), do Ministério da Saúde, reforça a importância dessa rede, destacando que os primeiros anos de vida são importantes para a formação dos hábitos alimentares, e que a saúde da criança é prioridade absoluta – e uma responsabilidade de todos.

Como aponta o Guia, cada processo de amamentação é único. E nem sempre amamentar é uma realidade. No caso de quem não consegue, uma alternativa é recorrer a bancos de leite humano ou orientações de profissionais.

Informação e apoio são fundamentais. Há recursos disponíveis em unidades básicas de saúde que auxiliam a respeito da pega correta, o que fazer em caso de dores ou incômodos nas mamas, qual a alimentação mais adequada para quem amamenta, dentre outras orientações.

Afeto e cuidado são imprescindíveis para que a amamentação aconteça, possibilitando que o bebê receba comida de verdade, “padrão ouro”, desde o seu primeiro dia de vida.

Doze orientações para uma alimentação saudável de crianças menores de 2 anos



Fonte: Guia Alimentar para Crianças Brasileiras Menores de 2 anos (2019), do Ministério da Saúde.



- 1 Dê somente leite materno até os 6 meses.
- 2 Introduza alimentos *in natura* ou minimamente processados, além do leite materno, depois dos 6 meses.
- 3 Sempre ofereça água potável após os 6 meses. Ela não deve ser substituída por outro líquido, como chá, suco ou bebidas açucaradas.
- 4 Inicie a introdução alimentar complementar oferecendo comida amassada e aumente aos poucos a consistência.
- 5 Não ofereça açúcar ou alimentos que contenham esse ingrediente à criança até 2 anos de idade.
- 6 Alimentos ultraprocessados, como refrigerantes, guloseimas, salgadinhos “de pacote”, não devem ser oferecidos.
- 7 Prepare a mesma comida para todos os integrantes da família.
- 8 Faça o momento da refeição uma experiência positiva, de aprendizado e de afeto na família.
- 9 Observe e respeite os sinais de fome e saciedade de forma ativa e carinhosa.
- 10 Garanta a higiene em todas as etapas de preparo e oferta da alimentação da criança e da família.
- 11 Fora de casa, mantenha uma alimentação adequada e saudável.
- 12 Proteja a criança da exposição à publicidade de alimentos.

Introdução alimentar complementar, uma jornada de descobertas



A partir dos 6 meses de vida do bebê, a introdução complementar de novos alimentos pode ser iniciada. Esse é o momento oportuno para apresentar, por meio da alimentação, sabores, texturas e aromas.

No entanto, mesmo com o acréscimo de novos alimentos, a amamentação deve ser mantida sempre que for possível. “Ela deve continuar até 2 anos ou mais, pois é a base para uma introdução alimentar plena”, orienta a nutricionista Karine Durães. Como em outros temas ligados à primeiríssima infância, é preciso ter calma e paciência. O bebê de 6 meses, afinal, ainda é um iniciante no mundo do comer.

Quando o bebê está pronto?

Embora os 6 meses sejam um marco temporal para começar a introdução alimentar de novos alimentos, é preciso observar se o bebê já está pronto. Os principais sinais são a sustentação do pescoço e do tronco. “Antes de iniciar a oferta de alimentos, é fundamental verificar se a criança apresenta prontidão para comer”, afirma a nutricionista Maria Luiza Petty.

No caso de o corpo do bebê já indicar que ele está pronto para iniciar esse processo, é valioso observar os sinais de fome e saciedade, que variam de acordo com a idade. Ao percebê-los, a pessoa cuidadora deve responder de forma “ativa, carinhosa e respeitosa”, como orienta o Guia Alimentar para Crianças Brasileiras Menores de 2 Anos (Ministério da Saúde), oferecendo o alimento quando o bebê demonstrar sentir fome e parando quando demonstrar que está satisfeito a partir das suas diversas formas de expressão.

O que oferecer?

Variabilidade importa: um bebê que aprende a comer uma diversidade de frutas, verduras, legumes, feijões, entre outros alimentos *in natura* e minimamente processados, tem maiores chances de se tornar um adulto consciente e autônomo para boas escolhas alimentares.

“Também é fundamental ofertar os alimentos separadamente – e não batidos, todos misturados – para que já possa aprender os diferentes sabores do que estão comendo”, ensina Maria Luiza. O sal deve ser usado em quantidades muito pequenas. “Em relação ao suco de frutas é preferível sempre oferecer as frutas *in natura* em vez dos sucos”, orienta Maria Luiza.

Alimentos ultraprocessados (formulações industriais fabricadas a partir de diversas técnicas de processamento e ingredientes) não devem ser oferecidos aos bebês, como os biscoitos, refrigerantes, salgadinhos “de pacote”, sucos adoçados. Como também não devem ser ofertados doces, peixes e carnes cruas, pois são alimentos que podem ser prejudiciais à saúde nessa faixa etária.

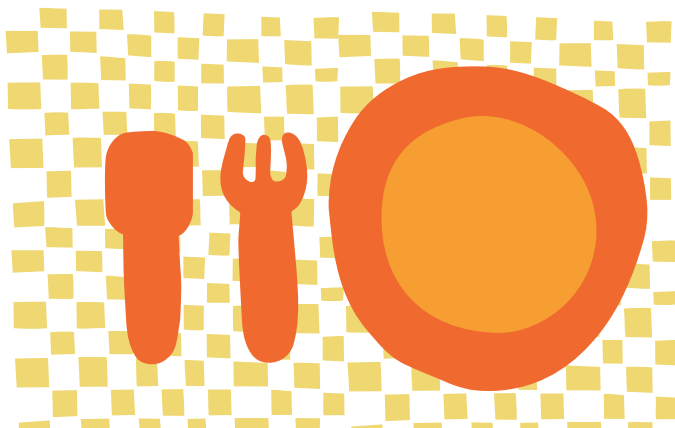


Um momento de convivência

Toda a família deve ser envolvida com a alimentação do bebê, apoiando na escolha dos alimentos, no preparo do cardápio e interagindo durante as refeições. Como ensina o Guia, alimentar um bebê é uma tarefa coletiva e deve ser compartilhada por todos os integrantes da família. É um momento de “aprendizagem para todos”.

O ato de se alimentar tem muitos significados, por isso a comensalidade, o comer junto, é tão importante também nessa fase. A família pode sentar-se à mesa, com o bebê, conversar, elogiar a comida, provar os alimentos e incentivar sempre o bebê a entender esse momento como uma oportunidade de embarcar conjuntamente nas ricas descobertas da alimentação.

O ambiente familiar é um espaço para promoção da alimentação adequada e saudável. Relações de afeto fortalecem vínculos e propiciam segurança nessa fase de grandes aprendizados, que repercutirão por toda a vida.



Programação



ABERTURA

VILA MARIANA

Introdução alimentar complementar: a relação familiar além do nutrir

Bebês, pessoas cuidadoras e outros presentes participam de atividades sobre introdução alimentar complementar em um ambiente acolhedor e divertido. Serão compartilhadas orientações sobre práticas relacionadas à alimentação adequada e saudável na fase dos 0 aos 2 anos de idade, exploradas também em brincadeiras. Com Rachel Francischi, nutricionista, e Cia. Alcina da Palavra, mediação brincante.

1/8. Quinta, às 17h.

Praça de Eventos. Livre. Grátis.

Sem retirada de ingressos.

Capital e Grande São Paulo



14 BIS

vivência

Cores, cheiros e texturas: conhecendo diferentes alimentos

Criar memórias afetivas por meio dos alimentos pode ir além da alimentação, como os sabores "de vó" ou "de infância". Vamos criar brincadeiras e experimentos sensoriais com toques, texturas, cheiros, temperaturas e cores. Com educadoras e nutricionista do Sesc.

1/8. Quinta, às 11h e às 15h.

Espaço de Brincar. Livre. Grátis.

Sem retirada de ingressos.

vivência

Fitoterapia indígena: chás e banhos para mães e bebês

Compartilhando o conhecimento ancestral indígena por meio do fortalecimento do uso das ervas medicinais, esta vivência prática mostra como preparar chás e banhos para bebês e suas mães. Com Simone Takuá, professora indígena.

3 e 4/8. Sábado e domingo, às 10h30.

Convivência. Livre. Grátis.

Retirada de senhas no local 30 minutos antes da atividade.

oficina

Introdução alimentar complementar indígena: sobre o sagrado, as raízes e o afeto

Esta oficina aborda os primeiros anos de vida do bebê e da mãe que também acaba de nascer, mostrando preparos da alimentação tradicional indígena e seus benefícios para esta fase. Com Simone Takuá, professora indígena.

3 e 4/8. Sábado e domingo, às 13h30.

Convivência. Livre. Grátis.

Retirada de senhas no local 30 minutos antes da atividade.

vivência

Introdução alimentar complementar com criação de histórias

Personagens de histórias criadas com as crianças e seus cuidadores ganham vida com o uso de alimentos *in natura* e suas propriedades sensoriais. Com educadores e nutricionista do Sesc.

7/8. Quarta, às 11h e às 15h.

Espaço de Brincar. Livre. Grátis.

Sem retirada de ingressos.

24 DE MAIO

oficina

Introdução alimentar complementar: da apresentação dos alimentos aos utensílios

Esta oficina aborda a introdução alimentar complementar dos bebês e os utensílios utilizados nessa fase, com destaque para os cuidados e desafios com a nutrição, a aceitação dos alimentos e o que oferecer à criança a partir de seus 6 meses de idade. Com Andrea Toledo, nutricionista, e Carol Hermógenes, fonoaudióloga.

3/8. Sábado, às 11h.

Oficina III. Livre. Grátis.

Sem retirada de ingressos.

bate-papo

Desmamar é um processo

Bate-papo com pais e cuidadores sobre desmame infantil. Quais os desafios e métodos usados nesse processo, as possibilidades e caminhos para trazer conforto para a mãe e a criança. Com Andrea Toledo, nutricionista, e Carol Hermógenes, fonoaudióloga.

4/8. Domingo, às 11h.

Praça – Térreo. Livre. Grátis.

Sem retirada de ingressos.

BELENZINHO

bate-papo

Da gestação à introdução alimentar complementar: como se preparar para amamentar?

Ação com orientações sobre o cuidado durante a gravidez e após o parto, a fim de obter sucesso na prática do aleitamento materno. A importância dos primeiros 2200 dias (o papel da nutrição antes da concepção até os 2 anos de idade da criança). Com Rosana Farah, nutricionista.

3/8. Sábado, às 10h.

Área de Convivência.

Livre. Grátis.

Sem retirada de ingressos.

bate-papo

Descomplicando a amamentação

Nesta conversa, a nutricionista abordará as vantagens da prática de aleitamento materno para a lactante e a criança, tipos de aleitamento, qual a posição correta do bebê, como continuar amamentando no retorno ao trabalho, direitos das mulheres que garantem a prática do aleitamento e formas de extrair e armazenar o leite materno. Com Rosana Farah, nutricionista.

4/8. Domingo, às 10h.

Área de Convivência.

Livre. Grátis.

Sem retirada de ingressos.

CASA VERDE

bate-papo

Redes de apoio do peito: possibilidades para seguir amamentando

Uma rede de apoio é fundamental para amparar e fortalecer a pessoa que amamenta após o nascimento do bebê. Este bate-papo visa acolher e apoiar famílias a amamentar mesmo diante dos desafios que podem surgir. Serão abordados verdades e mitos sobre amamentação, como ser um bom apoio, quais as maiores dificuldades e como superá-las. Com Carla Massuia e Juliana Luzio, nutricionistas.

2/8. Sexta, às 15h.

Espaço de Brincar. Livre. Grátis.

Sem retirada de ingressos.

bate-papo

Para além do peito

A atividade abordará as descobertas familiares após a chegada de um bebê. Serão dadas orientações sobre como iniciar a alimentação, sinais de que tudo vai bem e quando é necessário apoio técnico. Com demonstração de alimentos, cortes, texturas e degustação. Com Carla Massuia, nutricionista, e Nathália Anastopulos, fonoaudióloga.

3/8. Sábado, às 11h.

**Sala 4 – Ludicidade.
Livre. Grátis.**

**Retirada de senhas no local
15 minutos antes da atividade.**

CINESESC

exibição e bate-papo **Sessão especial Do Peito ao Prato**

Dir.: Lívia Perez, Brasil,
2024, 85 minutos,
documentário, A10

Exibição do documentário
M de Mães, que retrata
os anseios, dificuldades e
prazeres da maternidade
dupla de Marcela e Melanie.
Sessão será seguida
de bate-papo, com a
participação de Melanie e
da nutricionista materno
infantil Rachel Francischi.

3/8. Sábado, às 11h.

Sala de exibição. Livre. Grátis.

**Retirada de ingressos
1 hora antes da atividade.**

GUARULHOS

bate-papo **Só mais duas colheradas: como alimentar os filhos desde a introdução alimentar complementar**

Esta experiência prática,
seguida de roda de
conversa, aborda como
os comportamentos dos
pais e cuidadores durante
a introdução alimentar
complementar podem
influenciar a aceitação de
suas crianças. Com Maria
Luiza Petty, nutricionista.

3/8. Sábado, às 14h.

Sala 3. Livre. Grátis.

**Retirada de senhas no local
30 minutos antes da atividade.**

INTERLAGOS

bate-papo

A introdução alimentar complementar como jornada

A ação trata da abrangência da fase da introdução alimentar complementar, que vai dos 6 meses até 2 anos, baseada no livro "Comendo Feliz", sobre comportamento alimentar, e no "Guia Alimentar para crianças menores de 2 anos". Com Karine Durães, nutricionista e autora da obra.

4/8. Domingo, às 14h.

Sala 3. Livre. Grátis.

Retirada de senhas no local 30 minutos antes da atividade.

palestra

Leite materno: inimitável!

Para além dos saberes referentes ao aleitamento materno, nesta palestra o especialista irá ressaltar a eficácia da composição saudável do leite humano, suas propriedades e os motivos para os quais as pessoas não devem substituir esse alimento essencial para os bebês. Com Marcus Carvalho, médico pediatra.

1/8. Quinta, às 15h.

Sala de Múltiplo Uso. Livre. Grátis.

Retirada de senhas no local 30 minutos antes da atividade.

Acessibilidade: Libras.

bate-papo

Lugar de amamentar é onde a mãe está!

Conversa sobre as inseguranças relacionadas ao ato de amamentar em público. Um encontro para acolher as mães que, por vergonha, preconceito ou valores distorcidos pela sociedade, evitam dar o peito para seus bebês, em público. Com Carolina Sequeira, nutricionista.

3/8. Sábado, às 9h.

Praça Pau Brasil. Livre. Grátis.

Retirada de senhas no local 1 hora antes da atividade.

vivência

Roda de cuidado para mães puérperas

A fase do puerpério pode ser umas das mais difíceis da vida de uma mulher, principalmente nas camadas mais pobres da nossa sociedade. Nesta vivência, direcionada para as mães/mulheres que estão vivendo o puerpério, serão abordadas formas de atravessar esse período com mais tranquilidade. Com Carol Lenne, psicóloga, e Carol Brito, massoterapeuta.

3/8. Sábado, às 9h30.

Espaço Raiz. Livre. Grátis.

Retirada de senhas no local 1 hora antes da atividade.

oficina

O que levar para comer na rua?

Preparações saudáveis e práticas para levar na bolsa são o tema desta oficina, que tem como objetivo incentivar o consumo de alimentos saudáveis na introdução alimentar complementar por meio de preparações práticas e fáceis. Com Jessica Batista, nutricionista.

3/8. Sábado, às 11h.

Espaço Raiz. Livre. Grátis.

**Retirada de senhas no local
1 hora antes da atividade.**

instalação

Cheiro de quê? Gosto de quê? Experimenta, bebê!

Instalação sensorial para bebês e crianças que reúne frutas, legumes, ervas, sons e cores para criar uma experiência lúdica que estimula a descoberta de sabores, aromas e imagens. Toda exploração dos pequenos pode ser acompanhada de perto pelos pais e responsáveis. Com educadores do Sesc.

4/8. Domingo, às 14h.

**Sala de Múltiplo Uso.
Livre. Grátis.**

Sem retirada de ingressos.

IPIRANGA

oficina

Aventureiros do paladar: introdução alimentar complementar dos bebês, uma experiência sensorial

A transição na alimentação das crianças até 2 anos de idade é uma fase de descobertas, aprendizagens e muita novidade. Mas também pode trazer dúvidas e ansiedades para a família. Por meio de uma roda de conversa seguida de uma experiência sensorial para os bebês, serão apresentados conhecimentos fundamentais de nutrição infantil. Com Karine Durães, nutricionista.

3/8. Sábado, às 13h.

Sala 2. Livre. Grátis.

Sem retirada de ingressos.

Acessibilidade: Libras.

vivência

Asa da palavra: uma vivência para mães e bebês

Quando estamos em um espaço restrito de cuidado com os nossos filhos, podemos nos deslocar, sentir a imensidão por meio de uma canção, de uma história que traga nutrientes simbólicos para que também possamos nutrir as crianças com suavidade e ternura. Esta vivência com mães e bebês pretende levar o público a refletir sobre os grandes deslocamentos da vida. Com Cia. As Rutes, coletivo de artistas.

4/8. Domingo, às 9h e às 13h.

Sala 2. Livre. Grátis.

Retirada de senhas no local 30 minutos antes da atividade.

ITAQUERA

oficina

Que sabor tem a cor?

A brincadeira é o meio como as crianças aprendem e se conectam com o mundo. Brincar com as diferentes cores das comidas é uma maneira de os pequenos associarem pratos coloridos a novos sabores, texturas e experiências alimentares significativas. A cada encontro, uma nova cor será o tema das brincadeiras com comida. Com educadores do Sesc.

1, 2 e 7/8. Quinta, sexta e quarta, às 15h.

**Espaço de Brincar. Livre. Grátis.
Sem retirada de ingressos.**

bate-papo

Comida que acolhe: uma conversa sobre introdução alimentar complementar e neurodiversidade

Nesta conversa, a palestrante irá compartilhar informações sobre a importância da introdução alimentar complementar saudável e como ela se relaciona a diversos aspectos da vida das crianças posteriormente, sendo uma estratégia para evitar a seletividade alimentar que algumas crianças podem desenvolver em contextos neurodiversos. Com Valkiria Assis, nutricionista.

3/8. Sábado, às 10h.

**Café Aricanduva. Livre. Grátis.
Sem retirada de ingressos.**

PINHEIROS

bate-papo

Tá na hora de papá

Cuidadores de crianças de 0 a 2 anos se sentarão a uma mesa de jantar fictícia para discutir a importância das refeições em família, desde a introdução alimentar complementar. Temas como os cuidados para promover comportamentos alimentares saudáveis serão abordados, e as crianças participarão de uma vivência sensorial com texturas, aromas e sabores. Com Juliana Bergamo Vega e Maria Luiza Petty, nutricionistas.

3/8. Sábado, às 11h.

Sala de Oficinas 1. Livre. Grátis.

**Retirada de senhas no local
30 minutos antes da atividade.**

POMPEIA

vivência

Quem pode gestar e amamentar?

Esta vivência aborda as possibilidades de família, gestação e aleitamento humano para pessoas trans e outras da comunidade LGBTQIA+, que, historicamente, compõem uma parte da população esquecida quando se pensa nesse tema. Com Ísis Gois, nutricionista, Bárbara Iansã Barroso, terapeuta ocupacional, e All Ice, cantor.

7/8. Quarta, às 18h.

**Sala 1 das Oficinas.
Livre. Grátis.**

Sem retirada de ingressos.

SANTANA

vivência

Descomplicando a introdução alimentar complementar: uma vivência para toda a família

Esta vivência promove um espaço para famílias, incluindo bebês, poderem degustar e interagir com diferentes alimentos, enquanto é realizado um bate-papo sobre como fazer a introdução alimentar complementar de forma descomplicada e acessível. Com Viviane Laudelino Vieira, nutricionista.

3 e 4/8. Sábado e domingo, às 11h.

**Sala Múltiplo Uso 1.
Livre. Grátis.**

Entrega de senhas 30 minutos antes da atividade.

bate-papo

Conversando sobre amamentação: planejamento e prática

Este bate-papo oferece espaço seguro para famílias e pessoas interessadas compartilharem suas experiências, visões e dúvidas sobre a amamentação. Com Viviane Laudelino Vieira, nutricionista, e Glaucia Exposito, voluntária LeME (Leite Materno na Escola).

3/8. Sábado, às 14h.

Espaço de Brincar. Livre. Grátis.

Entrega de senhas 30 minutos antes da atividade.

SANTO AMARO

bate-papo

Desafios da mulher periférica na amamentação, desmame e introdução alimentar complementar

O bate-papo debate os reais desafios que as mulheres periféricas enfrentam, sejam sociais ou emocionais, que afetam o caminho da amamentação e da alimentação saudável. Será um espaço aberto com possibilidade de trocas entre as participantes. Com Marta Carolina Todaro, fonoaudióloga, e Lilian Petri, nutricionista.

3/8. Sábado, às 11h.

Espaço de Brincar. Livre. Grátis.

Sem retirada de ingressos.

Acessibilidade: Libras.

SANTO ANDRÉ

orientação

Aleitamento materno e dentição

O leite materno é um alimento completo e importante para a formação dos dentes, desenvolvimento dos ossos e músculos da face. Esta orientação aborda a relação da odontologia com o aleitamento materno e reforça a importância da participação do dentista como incentivador e integrante da promoção de saúde bucal. Com equipe de odontologia do Sesc.

2/8. Sexta, às 14h30.

Área de Convivência.

Livre. Grátis.

Sem retirada de ingressos.

SÃO CAETANO

bate-papo

Olha o aviãozinho! Influência do comportamento dos pais na introdução alimentar

Enquanto os pais participam de uma roda de conversa sobre introdução alimentar e como seu comportamento pode ajudar a prevenir a seletividade de alimentos, um profissional de apoio conduz as crianças a uma exploração tátil e olfativa com diversos ingredientes. Com Juliana Bergamo, nutricionista.

3/8. Sábado, às 11h.

Espaço de Brincar. Livre. Grátis.

Sem retirada de ingressos.

VILA MARIANA

bate-papo

O que alimenta a mãe que amamenta? Os laços do alimento

Amamentar é um elo entre mães e bebês. Este bate-papo aborda essa ideia, trabalhando a reflexão de como a mulher se alimenta para poder alimentar o filho. Envolve muitas reflexões, quebra de paradigmas e a relação da mãe com a comida. Com Marcus Carvalho, pediatra, e Kely Coca, enfermeira. Mediação por Semayat Oliveira, jornalista, e mediação brincante por Cia. Alcina da Palavra.

7/8. Quarta, às 17h.

Praça de Eventos. Livre. Grátis.

Sem retirada de ingressos.

Interior e Litoral



ARARAQUARA

bate-papo

Grupo de apoio ao parto

O acolhimento e a humanização na hora do parto serão abordados neste grupo de apoio, com bate-papo sobre o tema e informações úteis para o público. Com Itaiiana Battoni, doula.

3/8. Sábado, às 14h.

**Sala de Múltiplo Uso 1.
Livre. Grátis.**

**Retirada de senhas na
Central de Atendimento
30 minutos antes da atividade.**

palestra

Amamentação: o que pode facilitar e o que pode dificultar seu processo

Esta atividade visa promover a preparação para a amamentação, processo que pode ser desafiador. O objetivo é mostrar como as informações adequadas e o esclarecimento de dúvidas podem fazer toda a diferença na história da amamentação da família. Com Itaiiana Battoni, doula.

4/8. Domingo, às 10h30.

**Sala de Múltiplo Uso 1.
Livre. Grátis.**

**Retirada de senhas na
Central de Atendimento
30 minutos antes da atividade.**

encontro **Mamaço**

Encontro de mães, junto com seus filhos, para trocas de experiências sobre amamentação, além da conscientização dos benefícios e apoio ao aleitamento materno. Com Itaiana Battoni, doula.

4/8. Domingo, às 12h.

Convivência. Livre. Grátis.

Sem retirada de ingressos.

palestra **Da amamentação à introdução alimentar complementar**

Nesta palestra, será abordado o tema da introdução alimentar complementar e a extrema importância desse momento em que o bebê não precisa parar de mamar mas começa a experimentar a vida pelas próprias mãos. Com Agnes Alonso, nutricionista.

7/8. Quarta, às 18h.

**Convivência Externa.
Livre. Grátis.**

**Retirada de senhas na
Central de Atendimento
30 minutos antes da atividade.**

BIRIGUI

oficina Reflexos da introdução complementar alimentar na vida adulta

Esta oficina traz explicações sobre o processo de introdução alimentar complementar e a importância de respeitar a saciedade do bebê. A partir desse panorama, serão apresentadas as possíveis consequências para a vida adulta quando ela não acontece de forma adequada e respeitosa. Com Monique Aguilar Herrera, nutricionista.

1/8. Quinta, às 19h.

Sala Múltiplo Uso 3.

Livre. Grátis.

Sem retirada de ingressos.

oficina Colar para amamentação: conexão e vínculo

Nesta oficina, os participantes montarão um colar montessoriano para amamentação, objeto que mantém o bebê focado e também serve como mordedor. Ao longo da atividade, o público receberá informações e poderá tirar dúvidas sobre o aleitamento materno. Com Paula Lirya, artesã, e Andreia Stankiewicz, doula e odontopediatra.

3/8. Sábado, às 14h.

Sala Múltiplo Uso 2.

Livre. Grátis.

***Retirada de senhas no local
30 minutos antes da atividade.***

CAMPINAS

oficina

Introdução alimentar complementar para crianças neurodivergentes

A introdução alimentar complementar é uma fase desafiadora na vida das famílias, principalmente aquelas com crianças neurodivergentes. Nesta oficina, os participantes receberão orientações que vão auxiliar nesse processo. Com Daniele Hara, nutricionista.

4/8. Domingo, às 10h30.

**Sala Múltiplo Uso 3.
Livre. Grátis.**

Sem retirada de ingressos.

vivência

Bichinhos de afeto

Nesta vivência lúdica, histórias de maternidade do universo dos mamíferos serão contadas usando bichos de pano, caminhando pela gestação, nascimento, amamentação e outras possibilidades de alimentação, exaltando afetos e cuidados. Com educadoras Sesc.

2/8. Sexta, às 10h e às 14h30.

Espaço de Brincar. Livre. Grátis.

**Retirada de senhas no local
30 minutos antes da atividade.**

bate-papo
Métodos de introdução alimentar complementar: informações para uma escolha tranquila

Nesta atividade, participantes terão informações sobre os métodos de introdução alimentar complementar, apresentando os benefícios e as dificuldades de cada um para uma escolha tranquila dos pais e responsáveis, priorizando uma alimentação saudável nessa fase do desenvolvimento do bebê. Com Mariana Ruelle Aspasio, nutricionista.

3/8. Sábado, às 10h30.

Sala de Atividades 4.
Livre. Grátis.

Retirada de senhas no local
30 minutos antes da atividade.

bate-papo
As técnicas e os desafios do aleitamento materno

Este bate-papo propõe troca sobre as principais dificuldades encontradas no aleitamento materno, criando um momento de escuta, acolhimento e sugestões para que mães e pessoas que amamentam encontrem apoio e informações confiáveis para fortalecer esse processo. Com Marcela Tiboni, educadora, e Melissa Campos Ribeiro, fonoaudióloga.

3/8. Sábado, às 14h30.

Sala de Atividades 4.
Livre. Grátis.

Retirada de senhas no local
30 minutos antes da atividade.

CATANDUVA

vivência

Do tamanho de um botão

Uma vivência com brinquedos narrados e cantados, passados através da tradição oral pelas mães que tecem afazeres cotidianos na companhia das suas crianças, em especial durante o período de amamentação. Um repertório que dará colo e enriquecerá a experiência materna, cultivando o vínculo entre a mãe e as suas crias. Com Vivian Catenacci, narradora artística.

4/8. Domingo, às 10h e às 11h.

Mezanino Galpão. Livre. Grátis.

Retirada de senhas no local 30 minutos antes da atividade.

oficina

Slingar e aconchegar para famílias

Nesta oficina, as famílias terão a chance de entender os benefícios da prática de "slingar", tanto para os bebês quanto para os cuidadores. Serão abordados temas como a história do sling, os pontos positivos ergonômicos para o bebê, a proximidade e o vínculo emocional fortalecido entre o cuidador e a criança, além da praticidade no dia a dia. Com Jocelma de Oliveira, pedagoga.

3/8. Sábado, às 10h.

Sala de Ginástica. Livre. Grátis.

Inscrições no local 30 minutos antes da atividade.

PIRACICABA

oficina

Criando vínculos fortes, exterogestação e apego

A exterogestação é um termo que se refere ao cuidado e ambiente oferecidos aos bebês após o nascimento para replicar as condições do útero materno, promovendo um desenvolvimento saudável. Nesta oficina, as famílias participantes receberão dicas para criar um espaço estimulante para o bebê. Com Talita Mirada, doula e consultora de amamentação.

3/8. Sábado, às 15h.

Sala de Ginástica. Livre. Grátis.

**Inscrições no local
30 minutos antes da atividade.**

roda de conversa

Apoio à amamentação para todos

Esta roda de conversa com especialistas em aleitamento materno abordará o tema do apoio à amamentação para todos, em parceria com o Comitê de Aleitamento Materno de Piracicaba. Com Mariana Liepkan, nutricionista, e Nathalia Alexandre Costa Pimenta, enfermeira e consultora em amamentação/sono.

2/8. Sexta, às 18h30.

Sala Curumim 2. Livre. Grátis.

**Retirada de senhas na
Central de Atendimento
30 minutos antes da atividade.**

espetáculo **De peito aberto**

Com o olhar de Isadora sobre o lado feminino, humano e vulnerável da maternidade, este show cantará as delícias e as dores que brotam junto à magia do nascimento. Isadora canta a maternidade real, a exaustão e a solidão, canta a mulher que chora e ama, questiona e se embevece. A mulher que quer descansar e precisa desabrochar. Com Isadora Canto, cantora.

2/8. Sexta, às 20h.

Comedor. Livre. Grátis.

Sem retirada de ingressos

contação **A magia do leite materno e a revolta dos bicos e latas**

Esta contação traz uma história encantadora que se passa em um mundo onde cada animal é alimentado com o alimento mais poderoso para seu desenvolvimento. Nesse lugar harmonioso, os mamíferos, incluindo os humanos, dependem do leite materno para crescerem saudáveis. No entanto, a paz é ameaçada pela Sra. Lata e o Sr. Bico e a harmonia é substituída por uma confusão de bicos, plásticos e latas vazias. Com Marli Pires, pedagoga.

3/8. Sábado, às 14h.

**Sala de Expressão Corporal 2.
Livre. Grátis.**

**Retirada de senhas no local
30 minutos antes da atividade.**

REGISTRO

bate-papo

Alimentação para crianças menores de 2 anos: desafios do cotidiano

Este bate-papo trará reflexões sobre a alimentação para os pequenos. Como fica a amamentação após o retorno da mãe ao trabalho? E a alimentação com a entrada da criança na creche? Como educar para uma alimentação adequada e saudável em meio a tantos palpites e publicidade? Com Ana Paula Novaes, nutricionista.

4/8. Domingo, às 11h.

Comedoria. Livre. Grátis.

Retirada de senhas no local 30 minutos antes da atividade.

oficina

Orientações para introdução alimentar complementar

A fase de introdução alimentar complementar é um momento fundamental no desenvolvimento da criança, que impacta diretamente em sua saúde e hábitos alimentares futuros. A partir disso, esta oficina trará orientações atuais sobre o universo da alimentação infantil, desde o preparo de refeições a como oferecer os alimentos de diferentes formas, texturas e métodos. Com Gislene dos Anjos Tamasia, nutricionista.

3/8. Sábado, às 15h.

Sala de Múltiplo Uso 3. Livre. Grátis.

Retirada de senhas no local 30 minutos antes da atividade.

oficina

Nutrindo vínculos: saúde e bem-estar para mães e bebês

Esta oficina apresentará ao público, de maneira prática e teórica, informações sobre como extrair, armazenar e oferecer leite humano de forma segura, promovendo a saúde e bem-estar tanto da mãe quanto do bebê. Com Juliana Luzio, Laís Folha e Vanessa Fernandes, nutricionistas.

4/8. Domingo, às 15h.

**Sala de Múltiplo Uso
3. Livre. Grátis.**

**Retirada de senhas no local
30 minutos antes da atividade.**

oficina

Promovendo a cultura da amamentação no espaço da educação infantil

Neste encontro, o público será convidado a refletir sobre a cultura da amamentação no espaço escolar, uma oportunidade para trocas e compreensão da importância da amamentação para todos e o papel de cada um enquanto rede de apoio. Com Juliana Luzio, Laís Folha e Vanessa Fernandes, nutricionistas.

6/8. Terça, às 10h e às 14h.

**Sala de Múltiplo Uso
3. Livre. Grátis.**

**Retirada de senhas no local
30 minutos antes da atividade.**

SANTOS

vivência

É mamífero que fala, né?

De forma lúdica e com uma linguagem carinhosa e acessível a todos, a história se baseia nos hábitos dos mamíferos e explicam a importância do aleitamento materno. Sensibilizar e apoiar a amamentação através da leitura mediada acompanhada de postagens educativas.

1 a 7/8. De quinta a quarta.

Biblioteca. Livre. Grátis.

**Agendamento para grupos
no e-mail mesabrazil.
santos@sescsp.org.br**

bate-papo

Benefícios emocionais da rede de apoio

Bate-papo lúdico sobre os benefícios emocionais da rede de apoio para as lactantes e seus bebês. Com Edí Holanda, educadora parental, e Dani Ferraz, especialista e consultora em cuidado materno-infantil.

3/8. Sábado, às 10h30.

Sala 41. Livre. Grátis.

Sem retirada de ingressos.

oficina

Para além de um brinquedo de pano

Nesta oficina, os participantes irão confeccionar o boneco de pano do bebê, que o acompanhará em seu desenvolvimento da primeira infância. Haverá conversas sobre vínculos, desenvolvimento socioemocional e a representação do aleitamento no brincar. Com Edí Holanda, educadora parental, e Francisca França, artesã.

3/8. Sábado, às 15h.

Sala 3. Livre. Grátis.

Sem retirada de ingressos.

espetáculo

Mãetinê

Um momento de fruição e lazer por meio da música, num projeto especialmente feito para os públicos de famílias com crianças. Teremos a presença de mediadores para brincadeiras com os pequenos. As famílias poderão dançar e ouvir música, estabelecendo laços e trocas entre seus bebês e crianças. Com Paula Marcelle, DJ.

4/8. Domingo, às 14h30 e às 17h.

Auditório. Livre. Grátis.

Sem retirada de ingressos.

bate-papo
Acessórios ecológicos do bebê: economia, praticidade e sustentabilidade

Você conhece fraldas ecológicas, absorventes para seios, forros e lenços biodegradáveis? Este bate-papo irá apresentar produtos reutilizáveis e discutir a sua relação com a sustentabilidade. Praticidade, utilidade, benefícios, dificuldades. Mães que usam esses produtos também estarão presentes para fomentar e tirar dúvidas sobre o uso. Com educadora ambiental do Sesc.

7/8. Quarta, às 14h30.
Foyer do Teatro. Livre. Grátis.
Sem retirada de ingressos.

bate-papo
Troca de saberes: reflexões coletivas sobre educação em aleitamento materno

Neste encontro, jovens do ensino médio de escolas públicas da cidade compartilharão casos de ações educativas dentro da temática do aleitamento materno que foram implantadas em seus territórios no decorrer do ano. Haverá troca de sucessos e dificuldades na comunicação sobre o tema com outros jovens. Com nutricionista do Sesc.

7/8. Quarta, às 10h.
Auditório. Livre. Grátis.
Sem retirada de ingressos.

SÃO JOSÉ DOS CAMPOS

palestra

Aleitamento materno na educação infantil: casos de sucesso

Neste encontro, nutricionistas irão compartilhar as ações educativas dentro da temática do aleitamento materno que foram implantadas em seus territórios no decorrer do ano. Com nutricionista do Sesc.

7/8. Quarta, às 16h30.

Auditório. Livre. Grátis.

Sem retirada de ingressos.

roda de conversa

Introdução alimentar complementar: a importância dos primeiros mil dias de vida

A atividade abordará a importância dos primeiros mil dias de vida na promoção da saúde e prevenção de doenças da infância ao envelhecimento. Com Marcia Vitolo, nutricionista.

2/8. Sexta, às 17h.

Auditório. Livre. Grátis.

Retirada de senhas no local 30 minutos antes da atividade.

bate-papo

Guia alimentar para crianças nos primeiros anos de vida

Apresentação do “Guia Alimentar Para Crianças Menores de 2 Anos” e cartilha do Unicef com posterior bate-papo com cuidadores sobre alimentação e nutrição das crianças. Com Marcia Vitolo, nutricionista.

3/8. Sábado, às 10h30.

Oficina. Livre. Grátis.

Retirada de senhas no local 30 minutos antes da atividade.

oficina

Introdução alimentar complementar dos 6 aos 12 meses do bebê

Oficina interativa com degustação sensorial com as famílias sobre introdução alimentar complementar do bebê e seu desenvolvimento neste processo inicial da alimentação. Com Ana Lucia R. Barbosa Reis, nutricionista.

3 e 4/8. Sábado e domingo, às 14h.

Oficina. Livre. Grátis.

Retirada de senhas no local 30 minutos antes da atividade.

SOROCABA

oficina

Mitos e verdades sobre a introdução alimentar complementar

A introdução da alimentação complementar ao leite materno e a nutrição das crianças até 2 anos de idade é uma fase de descobertas, aprendizagens e muita novidade, mas também pode trazer dúvidas e ansiedades para a família. Nesta oficina, os participantes aprenderão a elaborar refeições gostosas e saudáveis para crianças desta faixa etária. Com Florença Baffa, nutricionista.

3/8. Sábado, às 10h30.

Sala 1. Livre. Grátis.

**Retirada de senhas no local
30 minutos antes da atividade.**

oficina

Dificuldades alimentares na primeiríssima infância: causas e intervenções

A introdução da alimentação complementar ao leite materno e a nutrição das crianças até 2 anos de idade é uma fase de descobertas, aprendizagens e muita novidade, mas quando surgem as dificuldades alimentares, pode haver dúvidas e ansiedades para a família, além de afetar diretamente a saúde e desenvolvimento da criança. Com Florença Baffa, nutricionista.

7/8. Quarta, às 19h.

Oficinas. Livre. Grátis.

**Retirada de ingressos no local
1 hora antes da atividade.**

TAUBATÉ

vivência

Explorando as frutas inteiras: o que tem lá dentro?

Esta atividade permitirá relacionar o sabor do alimento a uma exploração sensorial divertida das diversidades de cores e formas encontradas nas frutas inteiras. E, depois, no processo de abertura e observação da parte interna de cada fruta. Com O Coletivo Brincá.

3/8. Sábado, das 10h30.

Taba. Livre. Grátis.

Retirada de ingressos no local 30 minutos antes da atividade.

oficina

Customização de babadores

Essa oficina irá propor a customização de babadores para bebês, item indispensável no momento da introdução alimentar complementar. Os babadores serão feitos com materiais duráveis e confortáveis para que a criança possa explorar os alimentos, trazendo leveza para esse momento. Com Elisangela Panace Rodrigues, professora de corte e costura.

3/8. Sábado, às 10h30 e às 11h30.

Taba. Livre. Grátis.

Retirada de ingressos no local 30 minutos antes da atividade.

vivência

Ambientação circuito meu corpo pode tudo!

Nesta vivência, as crianças serão incentivadas a romper barreiras e a confiar em seus corpos brincando. Os participantes serão convidados para um circuito corporal desafiador, com suporte ao desenvolvimento do "olhar" dos acompanhantes. Com O Coletivo Brincá.

3/8 e 4/8. Sábado, às 14h, e domingo às 10h30 e às 16h30.

Taba. Livre. Grátis.

Retirada de ingressos no local 30 minutos antes da atividade.

oficina

Como montar o pratinho do bebê?

Esta atividade traz orientações às mães, pais e cuidadores que estão na fase de introdução alimentar complementar e encontram dificuldade de compor o pratinho do bebê. Com o planejamento em mãos, serão apresentadas as possibilidades de montar o cardápio de uma semana, considerando-se os grupos alimentares e as diversas maneiras de servir os alimentos. Com Gysele Vilela, nutricionista.

3/8. Sábado, às 15h.

Taba. Livre. Grátis.

Inscrições no portal Sesc SP a partir de 23/7.

bate-papo

Amamentação e retorno ao trabalho: como dar certo?

Neste bate-papo, toda a família se envolverá no planejamento do retorno da mãe ao trabalho, esclarecendo as dúvidas comuns a esse momento: como fazer a ordenha, o armazenamento do leite materno, a esterilização de recipientes, o uso de bombinha, o estoque e como oferecer o leite para o bebê. Com Gysele Vilela, nutricionista, e Rafaela Rodrigues, enfermeira obstétrica.

4/8. Domingo, às 10h30.

Taba. Livre. Grátis.

Sem retirada de ingressos.

vivência

Feira de troca de roupas: “trocando os bebês”

Esta feira de troca de roupas infantis terá o objetivo de incentivar o consumo consciente e o escambo de roupas, além de proporcionar o contato e trocas entre pais, mães e responsáveis por crianças de 0 a 6 anos. Além da troca de roupas e itens, a feira é uma oportunidade de integração, acolhimento e conscientização. Com Joyce Rosa Kavassak, administradora de brechó infantil.

4/8. Domingo, às 10h30.

Taba. Livre. Grátis.

Informações na Central de Atendimento.

vivência

Explorando legumes e verduras: cores, formas e texturas

Esta vivência trará a experiência sensorial para as descobertas do tato, paladar e do olfato por meio de legumes e verduras usados no nosso cotidiano e apresentados como ferramentas de exploração. Com O Coletivo Brincá.

4/8. Domingo, às 14h.

Taba. Livre. Grátis.

**Inscrições no local
30 minutos antes da atividade.**

vivência

Dança materna para mães, pais e bebês de colo e engatinhantes

Além de propiciar a vivência especial de dançar em dupla – ou em trio, já que o pai é sempre bem-vindo –, esta atividade possibilitará à mulher o retorno à vida social depois do parto, a reeducação corporal, que refletirá positivamente no modo de carregar e amamentar o bebê, e incentivará o mútuo-conhecimento entre mãe e filho. Com Tatiana Tardioli, bailarina.

4/8. Domingo, às 15h30.

Taba. Livre. Grátis.

**Retirada de ingressos no local
30 minutos antes da atividade.**

THERMAS DE PRESIDENTE PRUDENTE

palestra

Aleitamento materno: desafios e benefícios

Mães, pais e demais interessados poderão trocar experiências e tirar dúvidas sobre os principais desafios da amamentação. Com Rafaela Cacciatori, consultora em aleitamento materno.

4/8. Domingo, às 11h.

Quiosque. Livre. Grátis.

Sem retirada de ingressos.

oficina

Pega e posicionamento adequado para bebês

Esta oficina apresentará maneiras do posicionamento adequado de bebês durante a amamentação, entendendo sua capacidade gástrica durante o desenvolvimento. Com Rafaela Cacciatori, consultora em aleitamento materno.

4/8. Domingo, às 16h30.

Quiosque. Livre. Grátis.

Sem retirada de ingressos.

Minibiografia dos Participantes

Agnes Alonso é nutricionista com especialização em psicologia corporal reichiana e atua em formato on-line atendendo bebês e adultos pelo mundo.

All Ice é o heterônimo de Omo Afeffe, cantor, MC, compositor, poeta, articulador cultural, pesquisador de criações decoloniais e pai.

Ana Lucia Rodrigues Barbosa Reis é nutricionista, pós-graduada em nutrição clínica e saúde da mulher.

Ana Paula Novaes é nutricionista materno-infantil, especialista em nutrição clínica pediátrica e atendimento interdisciplinar na primeira infância.

Andrea Toledo é nutricionista, mestre e doutora, especialista em nutrição e saúde pública e realiza consultas com foco na nutrição da gestação à infância.

Andréia Stankiewicz é doula, especialista em aleitamento materno, instrutora de shantala, odontopediatra funcional e integrativa e mestra em saúde materno-infantil.

Bárbara Iansã de Lima Barroso é terapeuta ocupacional, especialista em tecnologia assistiva e doutora em ciências. Atua em política, planejamento e gestão para a população LGBTQIAP+.

Carla Massuia é nutricionista especializada em nutrição materno-infantil e gastronomia. Acompanha a jornada alimentar de gestantes, bebês e crianças.

Carol Brito é massoterapeuta, professora de yoga, ministra aulas que combinam a mediação de conversa temática à prática psico-física e sensorial do yoga e massagem, e mãe.

Carol Hermógenes é fonoaudióloga, doutoranda em saúde pública, mestra em orientação de pais, especialista em autismo e consultora materna e em amamentação.

Carol Lenne é psicóloga, atua como psicóloga clínica, pós-graduanda em psicoterapia junguiana, uma das idealizadoras da Casa Arauá - Comunidade Urbana de Mulheres e mãe.

Carolina L. e S. Galán Sequeira é nutricionista, professora e coordenadora na Etec Irmã Agostina, com experiência na área clínica e como docente.

Cia Alcina da Palavra é um coletivo com projetos para as infâncias e o público em geral, com pensamento afro centrado e olhar para ancestralidade.

Cia As Rutes é um coletivo de artistas fundado por Cristiana Ceschi e Beatriz Carvalho, com foco em fabular a existência humana e compartilhar narrativas.

Coletivo Brincá é um coletivo multidisciplinar composto por psicólogos, pedagogas, arte-educadoras, arteterapeutas, músicos e educadores de expressões corporais.

Dani Ferraz é especialista e consultora em cuidado materno-infantil com ênfase em amamentação e manejo clínico.

Daniele A. Suart Hara é nutricionista, pós-graduada em nutrição materno-infantil, nutrição na prática clínica, introdução alimentar no T21, alimentação no autismo e consultora de alimentação.

Edí Holanda é educadora parental e terapeuta especialista em cuidado materno-infantil com ênfase em aleitamento materno e orientação familiar.

Elisangela Panace Rodrigues é professora de corte e costura, formada em moda e pós-graduada em design de moda.

Florença Baffa é nutricionista materno-infantil e consultora de amamentação. Pós-graduada em nutrição materno-infantil.

Francisca França é artesã e professora de trabalhos manuais, criadora do Ateliê Pretinha Artesã, designer de brinquedos e bonecas intercultural para escolas.

Gislene dos Anjos Tamasia é nutricionista, especialista em alimentação e nutrição na atenção básica, mestre em ciências da saúde, e doutoranda em alimentos e nutrição.

Glauécia Exposito é voluntária no LeME (Leite Materno na Escola), coordenadora de atendimento, trabalha na área jurídica e mãe.

Gysele Vilela é nutricionista, especialista em pediatria e em nutrição funcional materno-infantil, autora de livros como "Nossa história de amamentação: da primeira à última gotinha".

Isadora Canto é bacharel em canto popular, fundadora do Acalanto Brasil de música na gestação e puerpério, canto-autora indicada ao Grammy e mãe.

Ísis Gois é nutricionista, doutoranda e supervisora de pesquisa quantitativa do "Projeto Mapeamento da população Trans no Estado de São Paulo".

Itaiana Battoni é doula, consultora em amamentação e trabalha com arte gestacional.

Jessica Batista é nutricionista e pedagoga, fundadora da JB Nutri Consultoria Assessoria em Nutrição e palestrante sobre os temas de alimentação, nutrição e saúde.

Jocelma de Oliveira é pedagoga, especialista em educação e produtora cultural.

Joyce Rosa Kavassak é proprietária e administradora de brechó infantil.

Juliana Bergamo Vega é nutricionista, aprimorada pelo Programa de Transtornos Alimentares do Instituto de Psiquiatria da USP, mestre e especialista em alimentação infantil e ciências aplicadas à pediatria.

Juliana Luzio é nutricionista e consultora de amamentação, atua como diretora de projetos no LeME – Leite Materno na Escola e mãe.

Karine Durães é nutricionista materno-infantil, especialista em nutrição em pediatria. Atua em consultório, banco de leite humano, e na construção de conhecimentos em nutrição infantil para pais.

Kelly Pereira Coca é enfermeira, especialista em enfermagem obstétrica e aleitamento materno, mestre em ciências e doutora em enfermagem.

Laís Folha é nutricionista, atua com apoio às famílias a amamentação e mãe.

Lilian Petri é nutricionista, aprimorada em transtornos alimentares pela USP, pós-graduada em nutrição materno infantil e mãe.

Marcela Tiboni é escritora, educadora, lésbica e ativista das causas LGBT e parentalidades não-heterocisnormativas. Autora de livros como "MAMA: relatos de maternidade homoafetiva".

Marcus Renato Carvalho é pediatra e docente, atua como editor do portal aleitamento.com.br, especializado em amamentação.

Marcia Vitolo é nutricionista com especialização em atenção multidisciplinar, mestrado em fisiologia humana, doutorado em ciências biológicas e pós-doutorado em nutrição.

Maria Luiza Petty é nutricionista, aprimorada em Transtornos Alimentares pelo Instituto de Psiquiatria da USP, mestra e doutora pela Universidade Federal de São Paulo.

Mariana Liepkan é nutricionista da Divisão de Alimentação e Nutrição (DAN) da Secretaria Municipal de Educação. Especialista em aleitamento materno.

Mariana Ruelle Aspasio é nutricionista, pós-graduanda em nutrição funcional no autismo TDAH, T21 e atraso de neurodesenvolvimento. Especialista em nutrição pediátrica e hebiátrica.

Marli Paulino Pires Bortolotti é professora de educação infantil e contadora de histórias, licenciada em letras português e pedagogia e pós-graduada em formação do leitor.

Marta Carolina Todaro é fonoaudióloga, mestranda em saúde da comunicação humana, e responsável pelo fonoaudiologia na Casa Angela, Casa de Parto pelo SUS.

Melissa Campos é fonoaudióloga, consultora internacional de lactação IBCLC e mãe.

Monique Aguilar Herrera é nutricionista, pós-graduada em nutrição clínica e funcional, pós-graduanda em nutrição oncológica no adulto e idoso e em comportamento alimentar, doula e mãe.

Nathalia Alexandre Costa Pimenta é enfermeira, consultora em amamentação/sono e laserterapia, especialista em aleitamento materno e em enfermagem pediátrica e neonatal.

Nathália Anastopulos é fonoaudióloga, doutoranda em fonoaudiologia, especializada em disfagia infantil e certificada no método SOFFI de alimentação de bebês prematuros e de alto risco.

Paula Lirya é artesã, uma das fundadoras da Associação dos Artesãos de Birigui de A a Z, participa de diversas feiras e exposições de Birigui e região.

Rachel Francischi é nutricionista, professora e mestra em biologia. Autora e apresentadora do curso do Sesc "Construindo o futuro: introdução alimentar para bebês até 2 anos de idade".

Rafaela Cacciatore é graduada em direito e graduanda em medicina. Possui formação em consultoria de aleitamento materno e formação em laserterapia aplicada à amamentação.

Rafaela Rodrigues é enfermeira obstetra, especialista em amamentação e consultora internacional em amamentação IBCLC.

Rosana Farah Simony Lamigueiro Toimil é nutricionista, doutora em ciências endocrinológicas, pesquisadora e autora de livros e artigos científicos na área da saúde.

Semayat Oliveira é jornalista preta, ativista de coletivo de mulheres pretas da periferia e mãe.

Simone Takuá é professora, artesã e faz parte do Flora Tupi, trabalho de sustentabilidade familiar com a confecção de fitoterápicos, filha de mulher indígena e pai italiano.

Talita Miranda é doula, facilitadora de aleitamento materno, graduada em ciências biológicas, especialista em saúde gestacional e mãe.

Tatiana Tardioli é bailarina, especialista em bebês, pós-graduada em "crianças de zero a três" pelo Instituto Singularidades.

Valkiria Assis é nutricionista com experiência em pesquisa acadêmica experimental e nutrição clínica.

Vanessa de Abreu Barbosa Fernandes é nutricionista, autora do livro "É mamífero que fala, né?", especialista em aleitamento materno, mestre em saúde coletiva e mãe.

Vívian Catenacci é narradora artística, mestra em antropologia, mãe e mediadora de leitura.

Viviane Laudelino Vieira é nutricionista, mestra e doutora na área de nutrição infantil, atende gestantes, bebês e mães com foco na amamentação.

EAD Sesc Digital

Construindo o futuro

Introdução alimentar para bebês até 2 anos

A introdução da alimentação complementar e a nutrição das crianças até 2 anos de idade é uma fase de descobertas, aprendizagens e muita novidade. Mas também pode trazer dúvidas e ansiedades para a família. A nutricionista, mãe e professora Rachel Francischi convida pais, mães, avós, professores, educadores infantis, babás, profissionais de saúde e todos que se encantam com os primeiros anos de vida da criança a participar desse curso.

O curso é pautado em estudos científicos e recomendações de órgãos oficiais nacionais e internacionais de saúde. Também foi baseado na experiência da apresentadora com milhares de famílias e em políticas públicas. O conteúdo está dividido em seis videoaulas, cada uma respondendo a um fundamento básico da alimentação saudável de crianças. Grátis.



Saiba mais em
ead.sesc.digital



Espaço de Brincar

Você sabia que o Sesc São Paulo oferece um conjunto de ações e espaços lúdicos para os bebês e as crianças de 0 a 6 anos se divertirem e se expressarem por meio de brincadeiras? Em experiências autônomas ou mediadas, o brincar é compreendido como uma expressão cultural genuína da criança e um convite a encontros, reflexões e diálogos, ações valiosas para seu desenvolvimento integral.



Saiba mais em
sescsp.org.br/espacos-de-brincar



Ensinando e Aprendendo

Melina Barbosa

Mãe do Dayô. Formou-se em direito e se interessa por pensar uma sociedade mais justa e igualitária para todas as pessoas, inclusive para as pequenas. Atua como Coordenadora de Programação do Sesc Vila Mariana.



Logo que Dayô, meu filho, nasceu, lembro com nitidez do momento em que o amamentei pela primeira vez. A conexão foi imediata. Ele ainda com os fluidos do parto grudou no peito como se já fizesse isso há tempos. Pensei: “vai ser moleza”. Mal sabia dos desafios que estariam por vir.

Não foi intuitivo nem instintivo. Quando o leite desceu, doeu. Em alguns momentos o leite empedrou, e doeu. Quando ele não acertava a pega, doía. Você sabe que aquele é o melhor alimento do mundo e você dá, com dor mesmo. Não foi fácil, mas aos poucos fomos aprendendo juntos. Hoje, 8 meses depois, ele mama nas posições mais inacreditáveis com destreza e sem dificuldade, ainda bem!

Apesar de tantos desafios, a troca que se dá no momento da amamentação é sem dúvida uma das coisas mais lindas que já vivi. Ser alimento, colo e aconchego é de uma intimidade difícil de descrever. Quando Dayô chora, meu peito dói, como se gritasse “é minha hora, sei o que fazer pra acalmar esse bebê”. É o nosso momento de denço, ele busca acalanto em mim e eu retribuo com amor em alimento.

Para o sucesso dessa caminhada, foi fundamental o apoio de uma rede enorme. Cuidar de uma criança só pode (ou deveria) ser um ato coletivo. Em casa, minha rede esteve sempre atenta para acolher essa nova mãe e garantir as melhores condições para que eu pudesse amamentar, principalmente no começo, que é mais desafiador. Na rua, especialmente no trabalho, pude extrair o leite do meu filho para garantir sua amamentação exclusiva até os seis meses, seguindo as recomendações da Organização Mundial da Saúde (OMS). Seguimos resistindo em meio a uma cultura que incentiva o desmame a todo custo.

No jogo de ensinar e aprender da maternagem, me encontro agora na fase de apresentar ao Dayô o maravilhoso mundo dos alimentos e aprender com ele as delícias de experimentar o novo sem medo de se sujar. Mais uma metáfora linda dessa história, que está só começando.

Endereços

Capital e Grande São Paulo

Sesc 14 Bis

Rua Doutor Plínio Barreto, 285
Tel.: (11) 3016-7200

Sesc 24 de Maio

Rua 24 de Maio, 109
Tel.: (11) 3350-6300

Sesc Belenzinho

Rua Padre Adelino, 1000
Tel.: (11) 2076-9700

Sesc Casa Verde

Avenida Casa Verde, 327
Tel.: (11) 2238-3300

CineSesc

Rua Augusta, 2075
Tel.: (11) 3087-0500

Sesc Guarulhos

Rua Guilherme Lino
dos Santos, 1200
Tel.: (11) 2475-5550

Sesc Interlagos

Av. Manuel Alves Soares, 1.100
Tel.: (11) 5662-9500

Sesc Ipiranga

Rua Bom Pastor, 822
Tel.: (11) 3340-2000

Sesc Itaquera

Av. Fernando do Espírito
Santo Alves de
Mattos, 1.000
Tel.: (11) 2523-9200

Sesc Pinheiros

Rua Paes Leme, 195
Tel.: (11) 3095-9400

Sesc Pompeia

Rua Clélia, 93
Tel.: (11) 3871-7700

Sesc Santana

Av. Luiz Dumont Villares, 579
Tel.: (11) 2971-8700

Sesc Santo Amaro

Rua Amador Bueno, 505
Tel.: (11) 5541-4000

Sesc Santo André

Rua Tamarutaca, 302
Tel.: (11) 4469-1200

Sesc São Caetano

Rua Piauí, 554
Tel.: (11) 4223-8800

Sesc Vila Mariana

Rua Pelotas, 141
Tel.: (11) 5080-3000

Interior e Litoral

Sesc Araraquara

Rua Castro Alves, 1.315
Tel.: (16) 3301-7500

Sesc Birigui

Rua Manoel Domingos
Ventura, 121
Tel.: (18) 3649-5400

Sesc Campinas

Rua Dom José I, 270/333
Tel.: (19) 3737-1500

Sesc Catanduva

Praça Felício Tonello, 228
Tel.: (17) 3524-9200

Sesc Piracicaba

Rua Ipiranga, 155
Tel.: (19) 3437-9292

Sesc Registro

Rua Prefeito Jonas
Banks Leite, 57
Tel.: (13) 3821-5292

Sesc Santos

Rua Conselheiro Ribas, 136
Tel.: (13) 3278-9800

Sesc São José dos Campos

Av. Dr. Adhemar de Barros, 999
Tel.: (12) 3904-2000

Sesc Sorocaba

Rua Barão de Piratininga, 555
Tel.: (15) 3332-9933

Sesc Taubaté

Av. Eng. Milton de
Alvarenga Peixoto, 1.264
Tel.: (12) 3634-4000

Sesc Thermas de Presidente Prudente

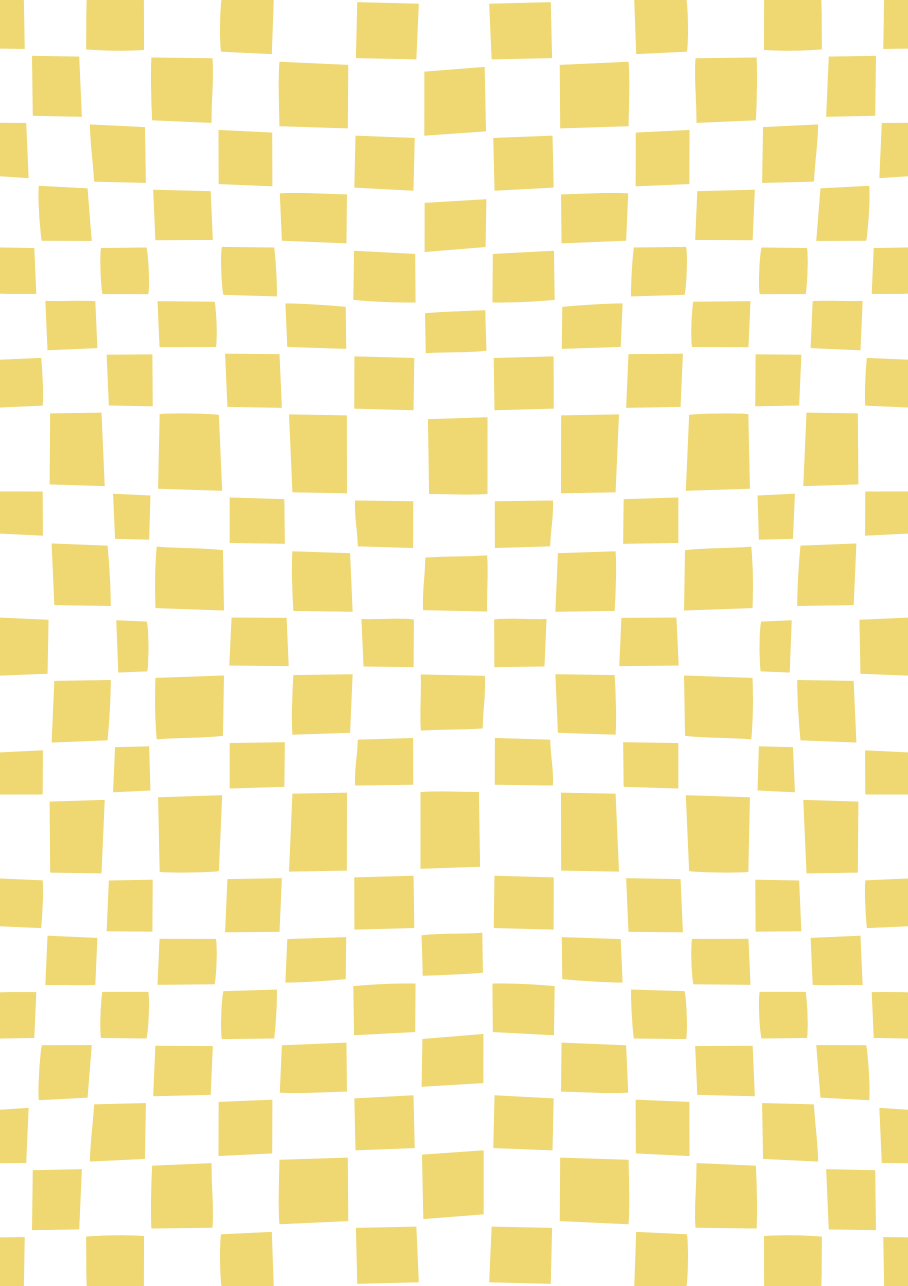
Rua Alberto Peters, 111
Tel.: (18) 3226-0400

Redação e revisão:
Luciana Mastroso



Programação também disponível
em sescsp.org.br/dopeitaooprato

Atividades sujeiras à alteração
Todas as ações são gratuitas



faça sua
credencial
sesc



sescsp.org.br/dopeittoaoprato