

Nounat

Tallers de salut

Massatge infantil

Facilita mitjançant el tacte i la veu, la creació i enfortiment dels **vincles afectius** entre nadons i pares i/o cuidadors.

- **Horari per a nadons 2 a 6 mesos:** dijous de 12:15 a 13:30h

Cal inscripció prèvia, contacteu amb infermeria pediàtrica.

Alletament per embarassades i famílies amb nadons

L'equip de Pediatria crea un espai protegit on les mares poden **resoldre dubtes i compartir experiències**, no només sobre l'alletament, sinó també sobre tot allò relacionat amb la cura del nadó.

Horari: divendres 12 a 13:30h

*Grup obert, no cal inscripció.
Tel. dubtes alletament: 93 259 44 60*

Reforç del sòl pelvià

Aprenentatge teòric i pràctic de la mobilitat de la musculatura del sòl pelvià, d'exercicis tipus Kegel per reforçar-la i d'altres com a exercicis de relaxació.

3 sessions en horari de tarda

Cal inscripció prèvia, contacteu amb infermeria.

Tràmits

Cal demanar 1a revisió del nounat a les primeres 48-72h després de l'alta hospitalària.

Tel. cita nounat: 93 259 44 60

Permís de maternitat/paternitat

Tramitació a l'Institut Nacional de Seguretat Social (INSS):

C/ Sant Antoni Ma Claret, 5-11
93 434 53 00 - 901 16 65 65

Documentació necessària:

- **DNI** del representant legal
- **Llibre de família**
- **Imprès** degudament **complimentat de la sol·licitud de prestació de maternitat/paternitat** (www.seg-social.es)

Informe de maternitat

Es tramita a l'INSS.

Només s'ha de tramitar al CAP en els següents casos:

- **Inici del permís abans del part**, a partir de la setmana 30 de gestació, i cal indicar la data probable del part.
- **Fetus morts** si la gestació és de més de 180 dies.

Targeta sanitària del nounat

Requisits i documentació

- **Inscripció al Registre Civil de Barcelona** Pl/ Duc de Medinaceli, 2
Amb cita prèvia

Informe maternal i butlleta estadística que lliura el centre hospitalari.

DNI dels representants legals i **llibre de família** si en tenen. En cas de no ser matrimoni hauran d'anar-hi els dos representants legals.

Consell: demanar la partida literal de naixement, necessària per tramitar el DNI o passaport del nounat i imprescindible per viatjar en avió o sortir del país (caduca als sis mesos d' expedició).

- **Inscripció com a beneficiari del nounat a l'INSS.** Cal demanar cita prèvia (veure contacte a Permís de maternitat/paternitat).
- **Certificat d'empadronament** de l'Ajuntament de Barcelona del nounat.

Sant Gervasi: c/ Anglí, 31
Vallcarca: Pl/ Vila de Gràcia s/n
Sense cita prèvia

** Si no té número d'afiliació a la Seguretat Social, contacti amb l'Atenció a l'Usuari del CAP.*

Odontologia

Es recomana fer una revisió durant l'embaràs. **El Servei d'Odontologia realitza una higiene gratuïta** durant el 2n trimestre.

Demandar cita prèvia al 93 259 44 45

Servei de ginecologia

• Sant Gervasi:

c/ Vallmajor, 34
93 209 03 46

• Vallcarca:

c/ Sant Antoni Ma Claret, 19, 3a pl.
93 47613 76

Contactar-hi per primera visita, seguiment i informació sobre el curs prepart.

**Més informació per a embarassades:
<http://ow.ly/SSviB>*



Atenció Primària
Vallcarca – Sant Gervasi

aprimariavsg.com | contactar@aprimariavsg.com
@aprimariavsg | www.facebook.com/aprimariavsg

Edifici Pedraforca i Edifici Montseny
Av. Vallcarca, 169-205 | 93 259 44 22 - 93 259 44 11

Guia de l'embaràs i primers mesos

Serveis i tràmits de salut per a tu i el teu nadó



Atenció Primària
Vallcarca – Sant Gervasi

Embaràs

Visita prenatal

L'equip de pediatria ofereix una visita grupal per donar a conèixer el servei de pediatria, explicar aspectes importants per l'embarassada, la parella i el nadó, i ajudar a resoldre dubtes.

Dirigit a embarassades i les seves parelles a partir de les 24 setmanes de gestació.

Horari de tarda

Cal inscripció prèvia, contacteu amb el vostre professional de referència.

Vacunacions

- **dTpa (tos ferina, tètanus i diftèria):** per a gestants de 27 a 36 setmanes de gestació. Cal tornar-se a vacunar en cada embaràs.
- **Grip estacional:** en qualsevol moment de l'embaràs durant la campanya de la grip. També si l'infant ja ha nascut.

Demandar cita prèvia amb el professional d'infermeria de referència.

Per gestionar fàcilment el calendari vacunal des del vostre mòbil podeu fer servir l'app **iVacunes. Més informació a:
<http://aprimariavsg.com/ivacunes-el-teu-calendari-vacunal-al-mobil/>*