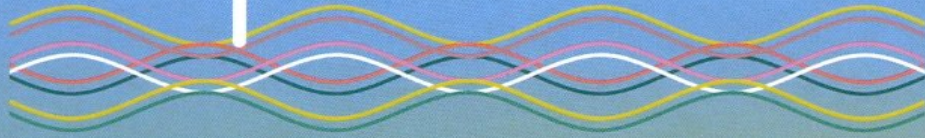


Olivia Bernardes

# marinheira de primeira



Um guia prático para os  
primeiros cuidados com o bebê



# Resumo de Marinheira de Primeira. Um Guia Prático Para os Primeiros Cuidados com Seu Bebê

Verdadeiro guia de sobrevivência para pais e mães de primeira viagem, esse livro traz tudo o que precisamos saber para a chegada de um recém-nascido: - a lista básica de enxoval e os utensílios fundamentais; - o que levar para a maternidade; - a hora do parto; - a escolha do pediatra; - as rotinas de sono e amamentação; - o banho e a higiene do bebê; - a formação de uma nova dinâmica familiar. Olivia Bernardes, com o respaldo e a supervisão de pediatras e obstetras, criou o curso Marinheira de Primeira, que, nos seus mais de dez anos de sucesso, orientou muitas grávidas nesse maremoto de emoções, ensinando a prática do dia a dia nos cuidados com o bebê.

Olivia aproveita ainda para desmitificar a maternidade. Sem ditar o que é certo ou errado, seu propósito maior é ajudar os pais a transitar sem sobressaltos nesse novo universo, livres de qualquer culpa ou julgamento.

[Acesse aqui a versão completa deste livro](#)