

GESTAR

Acolher, informar e apoiar
servidoras e servidores
do IFPE na chegada de
uma criança à família.

Índice

1. Apresentação
2. Tentantes – o preparo para a chegada
- 2.1 Cuidados da Tentante no dia a dia
3. Cuidados na gestação
- 3.1 Vacinas da Gestante
4. Tipos de Licença
- 4.1 Licença Gestante (Dúvidas Frequentes)
- 4.2 Licença Paternidade (Dúvidas Frequentes)
- 4.3 Licença Adotante (Dúvidas Frequentes)
- 4.4. Licença Natimorto
5. Como solicitar licenças pelo SouGov
6. Cuidados com o bebê
- 6.1 O que levar para a maternidade
- 6.2 O primeiro banho
- 6.3 Cuidados com o umbigo
- 6.4 Amamentação
- 6.5 Doação de leite
- 6.5.1 Principais Bancos de Leite de Pernambuco
- 6.6 Vacinação
- 6.7 Segurança no transporte
7. Adotante: Preparar para Receber com Amor
- 7.1 Como se preparar para a adoção?
- 7.2 E o quarto da criança?
8. Mensagem Final
- 9 Referências

1. Apresentação

O nascimento ou a adoção de uma criança transforma a vida de toda família. Esta cartilha foi elaborada pelo SIASS/IFPE, no âmbito do Programa GESTAR, para oferecer informações, orientações e acolhimento nesse momento tão especial.

Aqui você encontrará não apenas explicações sobre direitos relacionados às licenças, seu passo a passo, mas também dicas práticas para os primeiros cuidados com o bebê. O objetivo é que cada servidora e servidor se sinta acolhido(a) para viver essa fase com tranquilidade, amor e segurança.

2. Tentantes – o preparo para a chegada

Nem sempre a chegada de uma criança acontece de imediato. Algumas famílias vivem períodos de exames, tratamentos e muita expectativa e ansiedade. Esse caminho também merece acolhimento, cuidado e apoio.

O IFPE reconhece que cada história de maternidade e paternidade é única. Por isso, reforçamos a importância do autocuidado e da rede de apoio nesse período.

Você não está sozinha(o), busque acompanhamento médico, compartilhe suas emoções com pessoas de confiança e conte com os espaços de acolhimento e cuidado do SIASS/IFPE sempre que achar necessário.

A equipe psicossocial do SIASS está disponível através do psicossocial.siass@reitoria.ifpe.edu.br.

2.1 Cuidados da Tentante no dia a dia

Durante o período de preparação para a gestação, algumas recomendações podem ajudar no bem-estar e aumentar as chances de sucesso:

- Evitar treinos físicos muito pesados ou de alta intensidade sem orientação médica.
- Manter equilíbrio entre atividades físicas leves e momentos de descanso.
- Evitar procedimentos estéticos invasivos sem avaliação médica.
- Priorizar hábitos saudáveis como boa alimentação, hidratação e sono adequado.

3. Cuidados na gestação

Gestar envolve uma série de transformações físicas e emocionais, por isso, cuidar da saúde é essencial para o bem-estar da pessoa gestante e do bebê.

Durante o período de gestação:

- Compareça a todas as consultas de pré-natal.
- Mantenha uma alimentação equilibrada.
- Hidrate-se bem.
- Pratique atividades físicas leves, sempre com orientação médica.
- Respeite os momentos de descanso.

■ Fique ligado(a): Nos termos da Lei nº 11.265/2006, que visa à proteção da gestante e da lactante, e conforme orientações da Nota Técnica SEI nº 4310/2024/MGI, as servidoras públicas federais que desempenham suas atividades em ambientes insalubres têm direito à remoção temporária de função ou local de trabalho, enquanto perdurarem os períodos de gestação e lactação, sem prejuízo da remuneração ou demais direitos funcionais.

3.1 Vacinas da Gestante

Durante a gestação, algumas vacinas são recomendadas para proteger a pessoa gestante e o bebê:

- dTpa – a partir da 20ª semana de gestação.
- Influenza (gripe) – em qualquer período gestacional.
- Hepatite B – em casos indicados pelo profissional de saúde.
- COVID-19 – conforme orientações do Ministério da Saúde.

4. Tipos de Licença:

4.1 Licença Gestante

A licença gestante assegura tempo para recuperação da parturiente e para a criação do vínculo com a criança. Pode começar no primeiro dia do nono mês de gestação ou antes, se houver recomendação médica.

Dúvidas Frequentes:

- Quando começa se o bebê ficar internado? Após a alta hospitalar da mãe ou do bebê, o que ocorrer por último.
- Como funciona em caso de natimorto? São concedidos 30 dias de repouso inicial, podendo ser prorrogado após avaliação médica.

4.2 Licença Paternidade

A licença paternidade garante a presença ativa do cuidador nos primeiros dias de vida do bebê. Deve ser solicitada até 2 dias úteis após o nascimento ou adoção. O período total é de 20 dias, incluindo a prorrogação automática.

Dúvidas Frequentes:

- Qual o prazo para solicitar a prorrogação? Até 2 dias úteis após o nascimento ou adoção.

4.3 Licença Adotante

A licença adotante reconhece a importância da adaptação e do vínculo em famílias formadas pela adoção. O prazo é de 180 dias e os documentos exigidos incluem o termo de adoção ou decisão judicial.

Dúvidas Frequentes:

- Como fica em famílias homoafetivas? Conforme Nota Técnica SEI nº 18585/2021ME a pessoa parturiente terá direito à licença equivalente à gestante e a outra pessoa à licença equivalente à paternidade.

4.4 Licença por natimorto

A **licença por natimorto** é um direito concedido à servidora pública no caso de **falecimento do bebê após a 20ª semana de gestação**.

Dúvidas Frequentes:

- É possível, no caso da licença natimorto, realizar o retorno ao trabalho antes do prazo? É possível, desde que esse retorno antecipado seja respaldado pela perícia médica.

5. Como solicitar licenças pelo SouGov

O SouGov foi criado para simplificar a vida do servidor(a), com poucos cliques.

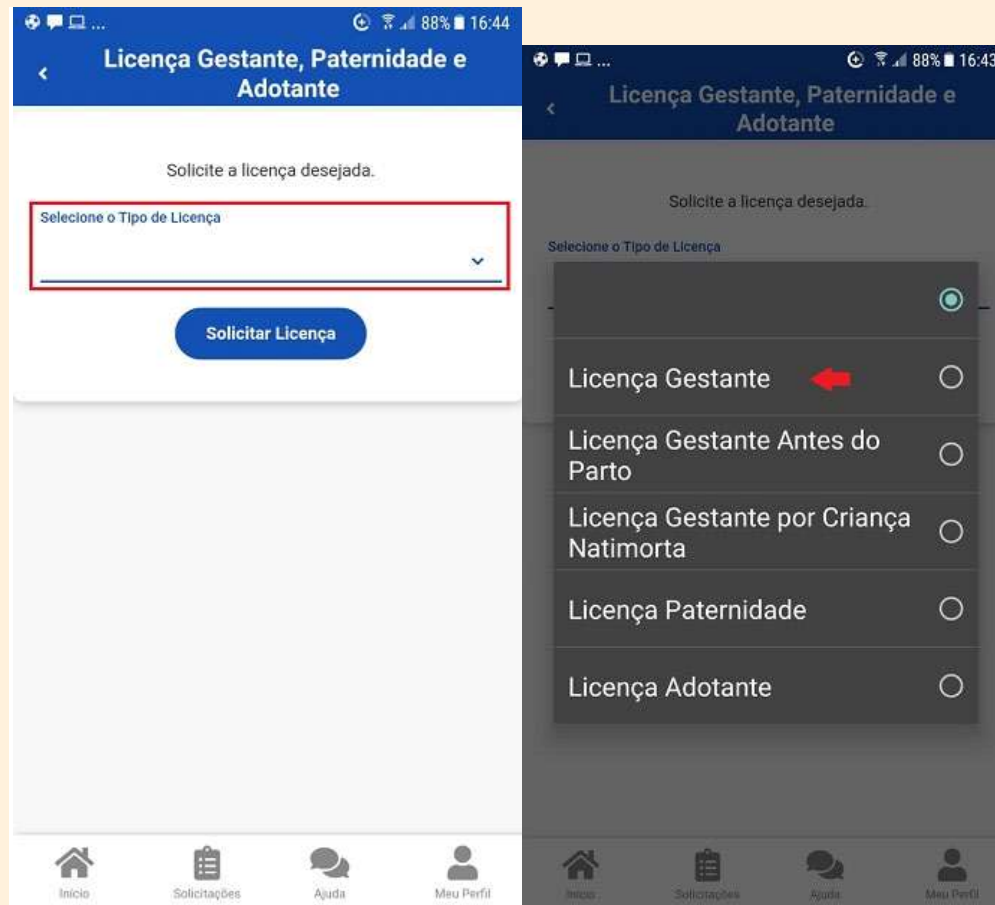
Através do aplicativo, você pode solicitar as licenças necessárias de qualquer lugar, dedicando mais tempo ao que realmente importa: sua família.

Passo a passo:

Acesse o aplicativo SouGov e, na tela inicial, você já visualiza o item "Solicitações", onde são disponibilizados diversos serviços. Para iniciar a solicitação, clique em Licença Gestante, Adotante e Paternidade:



Aparecerá a tela para você escolher a licença desejada. Selecione a opção de licença desejada e clique:



Depois clique em "Solicitar Licença":



Informe somente a "Data de início do Parto", pois o aplicativo, automaticamente, marcará a opção Prorrogação da Licença de mais de 60 dias, totalizando 180 dias. Clique em "Avançar":

The screenshot shows a mobile application interface for requesting leave. At the top, a blue header bar contains the title "Licença Gestante, Paternidade e Adotante" and a back arrow. Below the header, a progress indicator shows three steps: 1 (active), 2, and 3. Step 1 is labeled "Dados Solicitação", step 2 is "Documentos", and step 3 is "Conferência". A blue circle with an 'i' icon is positioned above the text "Informe os dados da licença". Below this, the section "Dados da Licença" is displayed with an upward arrow. Under "Dados da Licença", there is a red underline and the text "Informe a Data de Início do Parto *". Below this is a horizontal line for input. A toggle switch is shown, currently turned on, with the text "Solicito prorrogação de mais 60 dias, totalizando 180 dias". At the bottom of the form, there are two buttons: "Voltar" (white with blue border) and "Avançar" (blue with white text). The bottom navigation bar features four icons: a house for "Início", a clipboard for "Solicitações", speech bubbles for "Ajuda", and a person for "Meu Perfil".

Licença Gestante, Paternidade e Adotante

1 2 3
Dados Solicitação Documentos Conferência

i
Informe os dados da licença

Dados da Licença ^

Informe a Data de Início do Parto *

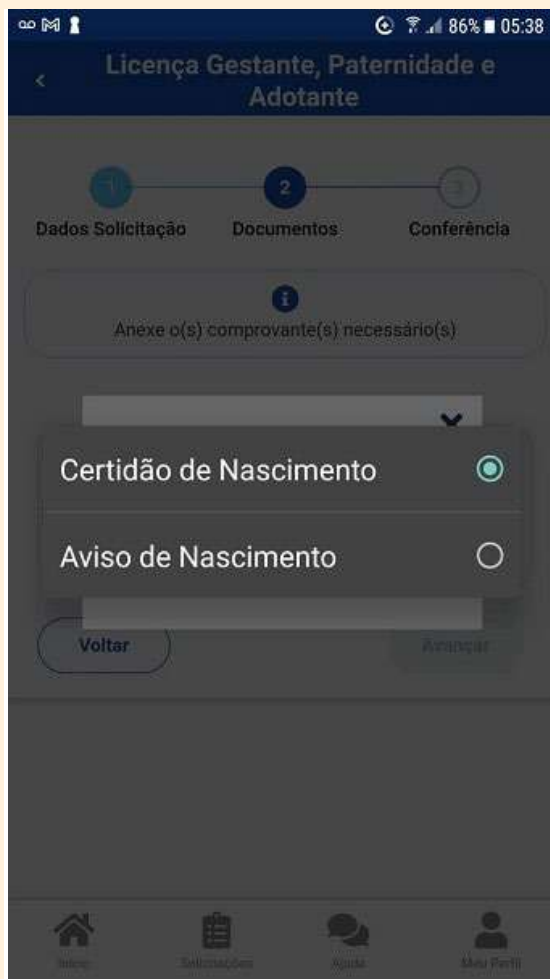
☒ Solicito prorrogação de mais 60 dias, totalizando 180 dias

Voltar Avançar

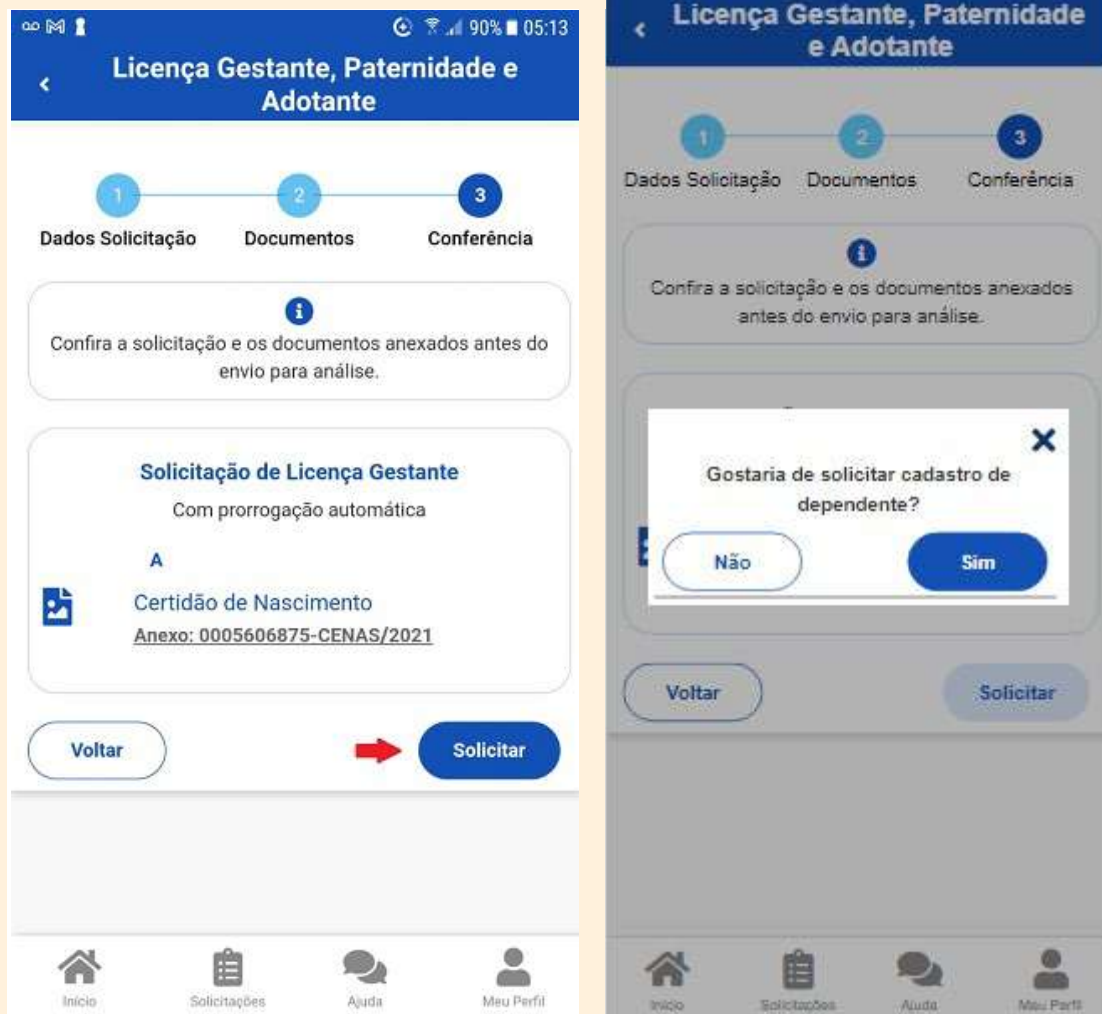
Início Solicitações Ajuda Meu Perfil

Clique no ícone de download e escolha o comprovante de nascimento, em seguida selecione o arquivo a ser anexado:





Confira se todos os dados estão corretos e se a documentação exigida foi anexada antes de clicar em "Solicitar":



Fazendo isso, sua solicitação será enviada, automaticamente, à sua Unidade de Gestão de Pessoas, que avaliará o pedido.

■ Fique ligado(a):

- No caso da parturiente que necessite de afastamento antes do parto, ela deve selecionar licença médica por afastamento no aplicativo, anexar o atestado e aguardar o deferimento e a perícia. A licença gestacional, ou maternidade, será contada a partir da alta hospitalar do bebê.
- Quanto à licença gestante por criança natimorta, segue o mesmo princípio, sendo necessário informar a data do parto e do falecimento, além de anexar os documentos comprobatórios.
- No caso da licença paternidade o servidor fará um procedimento semelhante, selecionando a opção "Licença Paternidade" e depois clicando em "Solicitar Licença":

Solicite a licença desejada.

Selecione o Tipo de Licença



Solicitar Licença



Início



Solicitações



Ajuda



Meu Perfil

Solicite a licença desejada.

Selecione o Tipo de Licença

Licença Paternidade



Solicitar Licença



Início



Solicitações



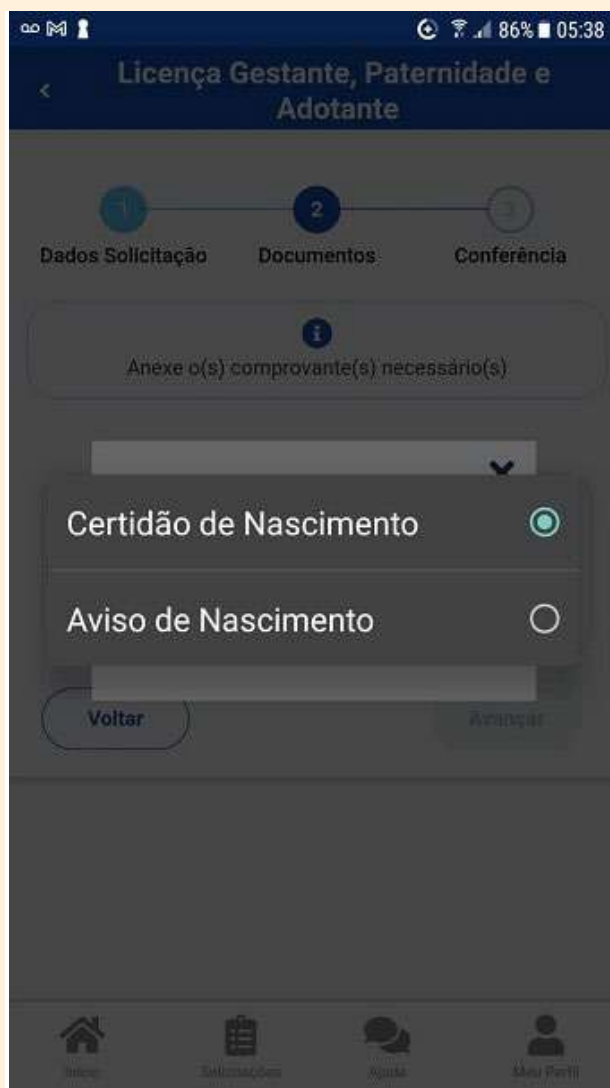
Ajuda



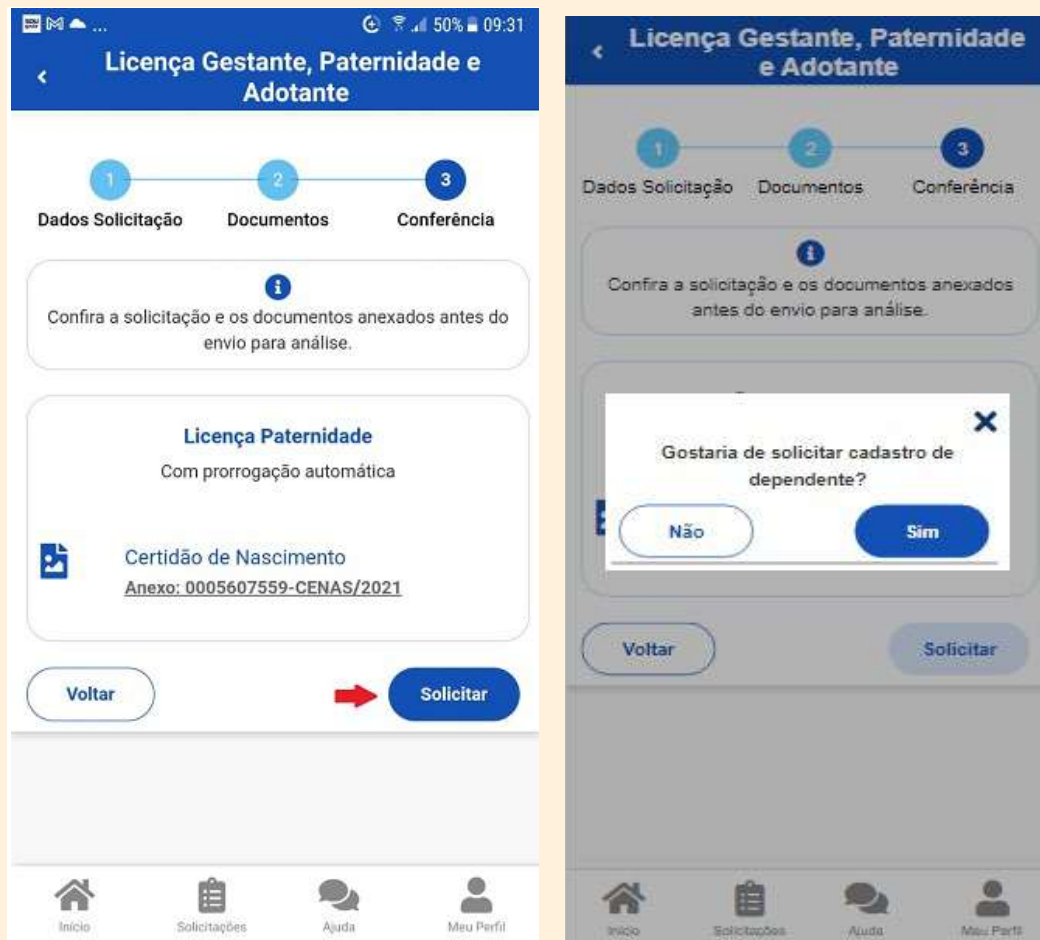
Meu Perfil

O servidor deve em seguida informar somente a Data de início de Nascimento, pois o aplicativo, automaticamente, já marcará a opção "Solicito prorrogação da Licença de mais de 15 dias, totalizando 20 dias de licença". É só clicar em "Avançar" e em seguida clicar no ícone de download e escolher o comprovante de nascimento, em a ser anexado da mesma forma da licença gestante.





Não esqueça de conferir se todos os dados estão corretos e se a documentação exigida foi anexada antes de clicar em "Solicitar".



Fazendo isso sua solicitação será enviada, automaticamente, para a sua Unidade de Gestão de Pessoas, que avaliará o pedido.

■ Fique ligado(a):

- No caso da licença adotante, o servidor deve informar a data da adoção e, bem seguida, anexar os documentos comprobatórios.
- Você também pode acompanhar o andamento das suas solicitações no aplicativo.

Para acompanhar o andamento da sua solicitação, clique em Solicitações, que está disponível na tela principal do SouGov:



6. Cuidados com o bebê

6.1 O que levar para a maternidade

Para a parturiente:

- Documentos,
- Exames,
- Roupas confortáveis,
- Pijamas com abertura frontal,
- Chinelo
- Itens de higiene pessoal

Para o bebê:

- Fraldas RN ou P, (dependendo do tamanho do bebê indicado na ultrassom),
- Bodies e macacões de algodão, em virtude do calor do nosso estado,
- Mantas,

- Meias.
- Pomada contra assaduras.

Para o(a) acompanhante:

- Documentos
- Roupas leves
- Itens de higiene pessoal
- Câmera para registrar todos os momentos
- Lembrancinhas
- Decoração
- Cadeirinha para o transporte
- Lanches saudáveis

6.2 Cuidados com o primeiro banho

- Use água morna (teste a temperatura com equipamento próprio ou no cotovelo).
- Segure o bebê com firmeza, apoiando cabeça e pescoço.
- Lave o rosto apenas com água; depois o corpo e a região das fraldas.
- Após o banho, seque bem as dobrinhas e faça a higiene do umbigo.

6.3 Cuidados com o umbigo

- Limpe com álcool 70% a cada troca de fraldas.
- Mantenha a região seca e arejada.
- Não utilize faixas, pois pode infeccionar.
- Procure um médico, em caso de secreção, mau cheiro ou vermelhidão.

6.4 Amamentação

- O bebê deve abocanhar não apenas o mamilo, mas também parte da aréola.
- O queixo deve encostar no seio.
- Alterne os seios a cada mamada.

Dúvidas Frequentes:

Como fica a amamentação ao retornar ao trabalho? É possível solicitar flexibilidade de horário para atender as demandas da amamentação exclusiva e, de acordo com a função/atividade, pode ser verificada a possibilidade de adesão ao trabalho 100% remoto, conforme regras da portaria do Programa de Gestão de Desempenho - PGD.

6.5 Doação de leite

O leite excedente pode salvar vidas!

- Quem pode doar? Mulheres saudáveis que estejam amamentando e não usem medicamentos contraindicados.
- Como armazenar? Em frascos de vidro com tampa plástica, congelados, por até 15 dias, ou sacos próprios, que são distribuídos pelos hospitais.



6.5.1 Principais Bancos de Leite de Pernambuco

Instituição 	Cidade 	Telefone 
IMIP – Instituto de Medicina Integral Prof. Fernando Figueira	Recife	(81) 2122-4711
Hospital das Clínicas – UFPE	Recife	(81) 2126-3500
Hospital Barão de Lucena	Recife	(81) 3184-1690
Hospital Dom Malan	Petrolina	(87) 3202-7000
Hospital Regional do Agreste	Caruaru	(81) 3719-9400






Saiba mais no portal da Saúde de Pernambuco:

<https://portal.saude.pe.gov.br/banco-de-leite/>

6.6 Vacinação do bebê

Idade 	Vacinas 
Ao nascer	BCG, Hepatite B
2 meses	Pentavalente, Poliomielite, Pneumocócica, Rotavírus
3 meses	Meningocócica C
4 meses	Pentavalente, Poliomielite, Pneumocócica, Rotavírus
5 meses	Meningocócica C
6 meses	Pentavalente, Poliomielite
9 meses	Febre Amarela
12 meses	Tríplice viral, Pneumocócica, Meningocócica C
15 meses	DTP, Poliomielite, Hepatite A, Tetra viral
18 meses	DTP, Poliomielite
24 meses	Reforços conforme calendário vigente

6.7 Segurança no transporte

Faixa etária	Dispositivo de segurança	
0 a 1 ano (até 13 kg)		Bebê-conforto, de costas para o movimento
1 a 4 anos (9 a 18 kg)		Cadeirinha
4 a 7,5 anos (15 a 36 kg)		Assento de elevação, com cinto de segurança
7,5 a 10 anos		Cinto no banco traseiro
Acima de 10 anos		Cinto no banco dianteiro ou traseiro

Até que idade a criança deve usar cadeirinha? Até 7 anos e meio.

7. Adotante: Preparar para Receber com Amor

Adotar é uma forma diferente de gestar, um gestar no coração!

Podemos considerar um gesto de amor e responsabilidade, mais do que um ato meramente jurídico, um compromisso emocional, ético e afetivo, capaz de transformar vidas, tanto de quem é adotado(a), quanto de quem adota.

7.1 Como se preparar para a adoção?

1. Informe-se bem sobre o processo

- Procure fontes confiáveis: Vara da Infância, Ministério Público, ONGs ou grupos de apoio.
- Entenda todas as etapas legais, os prazos e os critérios.
- Participe de encontros e cursos sobre adoção.

2. Reflita sobre suas motivações

- Por que você quer adotar?
- Está preparado(a) para lidar com possíveis traumas ou comportamentos desafiadores de uma criança um pouco maior?
- Tem apoio emocional e familiar para essa jornada?

3. Esteja aberto à diversidade

- Muitos esperam por uma "criança ideal", mas a realidade é diversa e linda!
- Considere adotar crianças mais velhas, grupos de irmãos ou com deficiência.

4. Prepare o ambiente familiar

- Converse com todas as pessoas da casa sobre a decisão. Isso evita constrangimentos.
- Construa um ambiente acolhedor, estável e respeitoso.

5. Cuide da sua saúde emocional

- Terapia pode ser uma aliada importante.
- Fortalecer o autoconhecimento ajuda a lidar com frustrações e expectativas.

6. Tenha paciência e empatia

- A adaptação pode levar tempo.
- O vínculo se constrói com convivência, rotina e afeto.

7. Busque apoio contínuo

- Grupos de apoio à adoção oferecem trocas valiosas.
- Conhecer experiências reais ajuda a evitar idealizações.

Dúvidas Frequentes:

No caso de adoção, por dois servidores/as, os dois pais ou mães têm o direito à licença adotante?

Conforme Nota Técnica SEI nº 18585/2021ME:

Adotantes + filho(a) adotivo - Um dos adotantes terá direito à licença-adotante em prazo equivalente à licença à gestante, enquanto ao outro adotante será deferida a licença-paternidade em razão da adoção do filho(a)..

7.1 E o quarto da criança?

Sim, preparar o quarto é importante, mas com equilíbrio:

- O ambiente deve ser **seguro, limpo e acolhedor** — não precisa ser perfeito e dependendo da idade é importante que a criança deixe com sua identidade. Deixe espaço para que ela participe da escolha de objetos e da decoração. Isso ajuda a criar **pertencimento**.

8. Mensagem Final

Que você, servidora e servidor do IFPE, possa viver essa fase com serenidade, amor e segurança, sabendo que não está só: há uma rede de apoio pronta para acolher, orientar e caminhar junto.

Desejamos que este seja o início de uma jornada marcada pelo cuidado, pelo afeto e pela construção de memórias felizes em família.

9. Referências

BRASIL. **Constituição (1988)**. Constituição da República Federativa do Brasil de 1988. Brasília, DF: Senado Federal, 1988.

BRASIL. **Lei nº 8.069, de 13 de julho de 1990**. Dispõe sobre o Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA). Diário Oficial da União: seção 1, Brasília, DF, 16 jul. 1990.

BRASIL. **Lei nº 8.112, de 11 de dezembro de 1990**. Dispõe sobre o regime jurídico dos servidores públicos civis da União, das autarquias e das fundações públicas federais. Diário Oficial da União: seção 1, Brasília, DF, 12 dez. 1990.

BRASIL. **Lei nº 11.265, de 3 de janeiro de 2006**. Dispõe sobre a regulamentação da comercialização de alimentos para lactentes e crianças de primeira infância e dá outras providências. Diário Oficial da União: seção 1, Brasília, DF, 4 jan. 2006.

BRASIL. Ministério da Gestão e da Inovação em Serviços Públicos. **Nota Técnica SEI nº 4310/2024/MGI**. Trata da proteção à saúde da servidora gestante ou lactante em ambiente insalubre, com base na Lei nº 11.265/2006. Brasília, DF, 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Caderneta de Saúde da Criança: menino e menina**. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Guia alimentar para crianças brasileiras menores de 2 anos**. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2019.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Saúde da criança: aleitamento materno e alimentação complementar**. 2. ed. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2015. (Cadernos de Atenção Básica, n. 23)

BRASIL. Ministério da Economia. Secretaria de Gestão e Desempenho de Pessoal. ****Nota Técnica SEI nº 18585/2021/ME: concessão de licença de proteção à criança – licenças à gestante, adotante e à paternidade****. Brasília, 2021. Disponível em: <https://legis.sigepe.gov.br/sigepe-bgp-ws-legis/legis-service/download/?id=0005084407-ALPDF%2F2021>. Acesso em: 10 set. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Programa Nacional de Imunizações: 50 anos**. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2023.

CONSELHO NACIONAL DE TRÂNSITO (CONTRAN). **Resoluções sobre transporte de crianças em veículos**. Brasília, DF: CONTRAN, 2021.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA (SBP). **Recomendações sobre cuidados com o recém-nascido**. Rio de Janeiro: SBP, 2022.

