



E agora, sou mãe?

Um livro sobre minhas primeiras
experiências na maternidade.

Ficha Catalográfica
Preparada pela Faculdade Pernambucana de Saúde

S237e Santos, Nathalia da Silva

E agora, sou mãe?: um livro sobre minhas primeiras experiências na maternidade. / Nathalia da Silva Santos. – Recife: Do Autor, 2020. 10 f.: il.

Material didático e instrucional, 2020.
ISBN: 978-65-87018-23-2

1. Cartilha - maternidade. 2. Experiências - maternidade. I. Título.

CDU 618

SOBRE MIM

Meu nome é: _____

Eu tenho: _____ **anos**

Essas são três coisas que eu gosto de fazer:

E AGORA, SOU MÃE?

Breve relato de como descobri a gravidez:

Meus primeiros sentimentos foram:

MAS ALÉM DE MÃE, EU SOU:

Cite três coisas que você também é além de mãe...



SOBRE MÃE E BEBÊ

Eu tenho _____ filhos.

No momento estou aqui no hospital cuidando do(da) _____ (nome do bebê aqui).

Quem escolheu esse nome: _____.

Ele ou Ela nasceu com ____ semanas e com o peso de _____.

**A coisa que mais gostamos de fazer juntos até agora é:
_____.**

**NESSE ESPAÇO IREI REGISTRAR ALGO SOBRE MINHAS PRIMEIRAS
EXPERIÊNCIAS NA MATERNIDADE**

(Você pode desenhar, pintar, colar, escrever ou o que achar melhor)

REFLETINDO...

A parte mais difícil de ser mãe é:

A parte mais legal de ser mãe é:



NESSE ESPAÇO IREI REGISTRAR ALGO SOBRE NÓS DOIS

(Você pode colar uma foto, desenhar, pintar ou o que achar melhor)

**NESSE ESPAÇO IREI ESCREVER UMA MENSAGEM PARA LEMBRAR
QUANDO EU QUISER.**

Este livro foi produzido de acordo com minhas primeiras experiências na maternidade.

Autora: Nathalia da Silva Santos

Faculdade Pernambucana de Saúde – FPS & Instituto de Medicina Integral Prof. Fernando Figueira - IMIP

- *As imagens utilizadas pela autora foram retiradas do site: pt.pngtree.com*