



Cartilha

ORIENTAÇÕES PARA ALEITAMENTO MATERNO EM TEMPOS DE COVID-19

ORGANIZADORAS

Carolina Abreu de Carvalho
Póliana Cristina de Almeida Fonseca Viola
Zeni Carvalho Lamy



Cartilha

**ORIENTAÇÕES PARA ALEITAMENTO
MATERNO EM TEMPOS DE COVID-19**

FICHA TÉCNICA

ORGANIZADORAS

Carolina Abreu de Carvalho

Nutricionista, Professora na Universidade Federal do Maranhão
Programa de Pós Graduação em Saúde Coletiva

Poliana Cristina de Almeida Fonseca Viola

Nutricionista, Professora na Universidade Federal do Piauí
Departamento de Nutrição

Zeni Carvalho Lamy

Pediatra neonatologista, Professora na Universidade Federal do Maranhão
Departamento de Saúde Pública
Programa de Pós Graduação em Saúde Coletiva

Supervisão Técnica - Comunicação

Prof^a Dra. Jacqueline Lima Dourado - Presidente

Comitê Gestor de Crise - CGC / UFPI

Ação de Extensão:

Compreendendo o COVID-19 por meio da
programação visual: uma ação da Gráfica da UFPI
em parceria com o Comitê Gestor de Crise

Me. Renan da Silva Marques - Coordenador

Rewlysom Oliveira Leite

Diagramação e arte finalização

MAIO/2020

O **GUIA ALIMENTAR PARA CRIANÇAS BRASILEIRAS** MENORES DE DOIS ANOS **RECOMENDA** COMO PRIMEIRO PASSO PARA UMA **ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL**:

**AMAMENTAR ATÉ 2 ANOS
OU MAIS, OFERECENDO
SOMENTE LEITE MATERNO
ATÉ 6 MESES.**



UM DOS VÁRIOS MOTIVOS PARA AMAMENTAR O SEU BEBÊ É: PASSAR ANTICORPOS MATEMNOS PROTETORES ATRAVÉS DO LEITE.



COMO AMAMENTAR COM SEGURANÇA EM MEIO À PANDEMIA DE COVID-19, CAUSADA PELO NOVO CORONAVIRUS (SARS-COV-2)?

ESTA CARTILHA APRESENTA ORIENTAÇÕES BASEADAS NAS RECOMENDAÇÕES DA ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE, MINISTÉRIO DA SAÚDE, REDE BRASILEIRA DE BANCOS DE LEITE HUMANO E SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA PARA QUE AS MÃES CONTINUEM AMAMENTANDO OS SEUS BEBÊS COM SEGURANÇA!

ORIENTAÇÕES DE ALEITAMENTO MATERNO EM TEMPOS DE COVID-19



É importante esclarecer para as mães que ainda não existem evidências científicas de que o novo Coronavírus (SARS-CoV-2) pode ser transmitido para o bebê através da amamentação.

O vírus não foi encontrado no leite materno de mulheres com COVID-19.

A prática do aleitamento materno pode ser realizada, se esse for o desejo da mãe, desde que ela tome os cuidados necessários para a proteção do bebê e esteja se sentindo em condições de amamentar.

1. ESTOU ME SENTINDO BEM. POSSO TOCAR E SEGURAR MEU BEBÊ SE TENHO O NOVO CORONAVÍRUS (SARS-COV-2)?

Sim. O contato próximo e a amamentação exclusiva ajudam no crescimento do bebê. Você pode segurar seu bebê, fazer contato pele a pele e compartilhar o quarto com ele, desde que siga todas as recomendações.

ATENÇÃO!

No intervalo entre a amamentação e os cuidados com o bebê durante a internação no hospital ou em casa, todas as mães com sintomas (positivas ou não para SARS-CoV-2) devem:

- Manter distância mínima de 2 metros do seu bebê;
- Fazer a higiene correta das mãos com água e sabão ou com álcool a 70%;
- Usar máscara cirúrgica obrigatoriamente;
- Manter sempre limpas e desinfetadas todas as superfícies que a mãe mantém contato.



A SEGURANÇA DURANTE A AMAMENTAÇÃO E MANUTENÇÃO DO BEBÊ PRÓXIMO À MÃE DEVEM SER AVALIADOS CASO A CASO. PROCURE SEMPRE A AJUDA DE UM PROFISSIONAL DA SAÚDE.

2. AS MÃES INFECTADAS COM O NOVO CORONAVÍRUS (SARS-COV-2) PODEM AMAMENTAR?

Podem sim, tomando os cuidados necessários que vamos compartilhar nesta cartilha.

3. TENHO O NOVO CORONAVÍRUS (SARS-COV-2) E ME SINTO MUITO DEBILITADA PARA AMAMENTAR MEU BEBÊ DIRETAMENTE. O QUE POSSO FAZER?

Você pode procurar apoio e orientação para fornecer leite materno ao seu bebê de uma forma que seja possível para você. Vamos compartilhar alternativas para oferecer o leite materno de forma segura.

COMO POSSO AMAMENTAR SE FUI DIAGNÓSTICADA COM COVID-19?



1 VOCÊ DEVE LAVAR BEM AS MÃOS COM ÁGUA E SABÃO POR PELO MENOS 40 SEGUNDOS OU HIGIENIZAR AS MÃOS COM ÁLCOOL EM GEL À 70% POR PELO MENOS 20 SEGUNDOS ANTES DE TOCAR NO SEU O BEBÊ;

O QUE É LAVAR BEM?



2 USAR UMA MÁSCARA FACIAL DO TIPO CIRÚRGICA PARA COBRIR COMPLETAMENTE NARIZ E BOCA DURANTE AS MAMADAS E EVITAR FALAR OU TOSSIR DURANTE A AMAMENTAÇÃO;

3 CASO VOCÊ NÃO CONSIGA AMAMENTAR DIRETAMENTE, VOCÊ PODE PEDIR AJUDA PARA A RETIRADA DO LEITE, SEGUINDO AS ORIENTAÇÕES DE HIGIENE.

OBS Você pode tirar o leite de forma manual ou utilizando a bomba extratora



⚠️ ATENÇÃO!

- Em caso de tosse ou espirro, troque a máscara imediatamente.
- A cada nova mamada, troque a máscara.
- Você deve evitar tocar as mãos do seu bebê, pois eles podem levá-las à boca;
- Evite também que o bebê coloque as mãos no seu rosto (boca, nariz e bochechas)
- ou nos seus cabelos;



COMO RETIRAR O LEITE MATERNO?

- 1** Retire anéis, pulseiras e relógio. Prepare primeiro o frasco que será utilizado na coleta.
- 2** Lave as mãos até o cotovelo com água e sabão por pelo menos 40 segundos ou 20 segundos com álcool em gel à 70% antes de retirar o leite materno (retirada manual ou na bomba extratora);
- 3** Coloque uma touca no cabelo, máscara cirúrgica cobrindo boca e nariz, e um avental;
- 4** Lave as mamas com água limpa;
- 5** Seque as mãos e as mamas com papel-toalha (evitando deixar resíduo de papel) ou com um pano limpo;
- 6** Retire o leite do peito com as mãos ou com bomba manual ou elétrica, jogando fora os primeiros jatos e gotas de leite;
- 7** Em seguida, abra o vidro seco (lavado antes com água e sabão) e coloque dentro o leite que está sendo retirado;
- 8** Após terminar a coleta, peça auxílio para alguém saudável oferecer o leite ao seu filho ou feche bem o frasco e guarde o leite na geladeira por no máximo 12 horas ou no congelador/freezer por até 15 dias, para que seja oferecido ao seu filho em outro momento.

Você pode pedir ajuda a alguém saudável para oferecer o leite ao bebê no copinho ou colher.

É importante que a pessoa conheça a técnica correta de uso desses utensílios. Peça ajuda a um profissional da saúde.



ATENÇÃO!

EM CASOS DE RETIRADA DO LEITE MATERNO COM A BOMBA EXTRATORA:

Você deve seguir rigorosamente as recomendações para limpeza das bombas de extração de leite antes e após cada uso.



As evidências científicas até o momento mostram que assim como em outras viroses, o novo Coronavírus (SARS-CoV-2) não passa para o seu bebê pelo leite materno.

Os benefícios da amamentação do seu bebê são maiores do que os riscos de transmissão do novo Coronavírus (SARS-CoV-2).

Fiquem atentas a todas as recomendações do Ministério da Saúde e busquem ajuda de um profissional de saúde.

4. QUAL A ORIENTAÇÃO DO MINISTÉRIO DA SAÚDE SOBRE A DOAÇÃO DE LEITE MATERNO AOS BANCOS DE LEITE HUMANO (BLH) E POSTOS DE COLETA DE LEITE HUMANO (PCLH) DURANTE A PANDEMIA DE COVID-19?

A doação de Leite Humano deve ser mantida somente por mães saudáveis e sem contato domiciliar com pessoas gripadas ou confirmadas para COVID-19.

É contraindicada a doação de leite materno por mulheres com sintomas de gripe, infecção respiratória ou confirmação de caso da COVID-19.

BRASIL. Ministério da Saúde. Guia alimentar para crianças brasileiras menores de dois anos. 2a. ed. Brasília (DF); 2019.

BRASIL, Ministério da Saúde. Fundação Oswaldo Cruz. – Recomendação Técnica N.0120.170320. Assunto: Covid-19 e Amamentação. Disponível em: <https://rblh.fiocruz.br/covid-19-e-amamentacao-recomendacao-n0120170320>. Acessado em: 13/04/2020.

BRASIL, Ministério da Saúde. Fundação Oswaldo Cruz. Portal de Boas Práticas em Saúde da Mulher, da Criança e do Adolescente. Amamentação em tempos da pandemia de COVID-19. Disponível em: <https://portaldeboaspraticas.iff.fiocruz.br/atencao-recem-nascido/amamentacao-covid-19-al-eitamento-materno/> Acessado em: 13/04/2020.

BRASIL, Ministério da Saúde. Fundação Oswaldo Cruz. Universidade Aberta do SUS (UNA-SUS). OMS - perguntas e respostas sobre COVID-19, gravidez, parto e amamentação. Disponível em: <https://www.unasus.gov.br/noticia/oms-perguntas-e-respostas-sobre-covid-19-gravidez-parto-e-amentacao> Acessado em: 13/04/2020.

BRASIL, Ministério da Saúde. Fundação Oswaldo Cruz. Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. Cartilha para a mulher trabalhadora que amamenta. Brasília; 2015.

BRASIL, Ministério da Saúde. NOTA TÉCNICA No 8/2020-COCAM/CGCIVI/DAPES/SAPS/M. Assunto: Condutas para a doação de leite materno aos Bancos de Leite Humano e Postos de Coleta de Leite Humano no contexto da infecção Covid 19 causada pelo novo coronavírus (SARS-Cov-2). Disponível em: <https://www.unasus.gov.br/especial/covid19/pdf/96> . Acessado em: 20/04/2020.

CENTERS FOR DISEASE CONTROL AND PREVENTION (CDC). Cómo mantener limpio el extractor de leche materna. Disponível em: <https://www.cdc.gov/healthywater/hygiene/healthychildcare/infantfeeding/breastpump-esp.html> Acessado em: 13/04/2020.

CHEN H, GUO J, WANG C, et al. Clinical characteristics and intrauterine vertical transmission potential of COVID-19 infection in nine pregnant women: a retrospective review of medical records. Lancet 2020; 395: 809–15.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA (SBP). Nota de Alerta: O aleitamento materno nos tempos de COVID-19. Disponível em: https://www.sbp.com.br/fileadmin/user_upload/22393c-Nota_de_Alerta_sobe_Aleitam_Materno_nos_Tempos_COVID-19.pdf Acessado em: 13/04/2020.



coronavirus.ufpi.edu.br

REALIZAÇÃO

Universidade Federal do Piauí
Universidade Federal do Maranhão

