

PUÉRPERAS E COVID-19

RECOMENDAÇÕES GERAIS

Além de seguir as recomendações pós-parto do seu médico, é importante manter o isolamento social, alimentar-se de forma saudável, ter boas noites de sono, utilizar máscaras se precisar sair de casa, higienizar as mãos após tocar nariz, boca e sempre antes do cuidado com o bebê.

QUANDO FOR AMAMENTAR

Tomar banho e vestir roupas limpas, manter os cabelos presos, lavar as mãos antes e após.

CASO HAJA SUSPEITA DE COVID-19

Manter a amamentação; recomenda-se que outra pessoa realize tarefas como dar banho e trocar o bebê para evitar a contaminação; em casa, deve-se dormir em quartos separados ou colocar o berço o mais distante que conseguir de sua cama; utilizar máscara de proteção durante o cuidado e a amamentação.

SE NÃO DESEJAR OU NÃO PUDER AMAMENTAR

Você pode extrair o leite manualmente ou utilizar bombas de extração láctea, desde que bem higienizadas. Também é importante realizar o processo com as mãos limpas e utilizando máscara se houver sintomas gripais ou suspeita de infecção. Um cuidador saudável pode oferecer o leite ao bebê por copinho, xícara ou colher.

Não há nenhuma evidência científica que comprove que o vírus pode ser transmitido por meio do leite materno.*

O leite materno é o melhor alimento para o recém-nascido. Assim, recomenda-se manter a amamentação (se for possível).

Lembre-se que máscaras de proteção não devem ser usadas por menores de 2 anos.



*mas é importante seguir um protocolo de cuidados mais rígido quando for amamentar.