

## COVID-19 e amamentação

Dr. Atiqur Rahman Khan

Maternidade e Hospital Infantil

O leite materno é a melhor fonte de nutrição para bebês, incluindo bebês cujas mães tem infecção ou suspeita de infecção por coronavírus. Desde que uma mãe infectada tome as devidas precauções - descritas a seguir - ela pode amamentar seu bebê. O leite materno contém anticorpos e outros benefícios imunológicos que podem ajudar a proteger contra doenças respiratórias. Um corpo crescente de evidências dá apoio a importância da amamentação para o crescimento, desenvolvimento e saúde de uma criança, além de ajudá-la a evitar a obesidade e doenças não transmissíveis mais tarde na vida.

### Qual é o risco para bebês amamentados?

Até o momento, o vírus que causa o COVID-19 não foi detectado no leite materno. No entanto, como a doença é nova, essa evidência é baseada em estudos limitados. As autoridades de saúde pública continuam a aprender sobre como o vírus se espalha e que tipo de riscos representa para os bebês cujas mães têm a doença. Em estudos limitados entre mulheres com COVID-19 e outra infecção por coronavírus (Síndrome Respiratória Aguda Grave, SARs-CoV), o vírus não foi detectado no leite materno. Em um estudo recente de Wuhan, China, os pesquisadores coletaram e testaram amostras de leite materno (na primeira lactação) de seis pacientes que tiveram COVID-19 durante a gravidez; todas as amostras foram negativas para o vírus.

No entanto, são necessárias mais pesquisas para confirmar esses resultados. O principal risco de transmissão parece vir do trato respiratório de uma mãe infectada. De importância, a experiência obtida até o momento mostra que o curso da doença do COVID-19 geralmente não é grave em bebês e crianças pequenas.

## Como o risco pode ser gerenciado?

A orientação atual da OMS é que as mulheres com COVID-19 podem amamentar se assim o desejarem, mas devem tomar precauções, incluindo:

- 1). Praticar higiene respiratória durante a amamentação, incluindo o uso de uma máscara cobrindo a boca e o nariz.
- 2). Lavar as mãos com água e sabão por 20 segundos antes e depois de tocar no bebê.
- 3). Limpar e desinfetar rotineiramente as superfícies que tocarem.

O contato próximo com a mãe e a amamentação precoce e exclusiva são duas coisas que ajudam o bebê a prosperar. Portanto, mesmo que a mãe tenha COVID-19, ela é incentivada a tocar e segurar o bebê, amamentar com segurança e com boa higiene respiratória, segurar o bebê pele a pele e dividir um quarto com a criança. Em geral, a OMS recomenda que as mães amamentem exclusivamente seus bebês durante os primeiros seis meses de vida. Posteriormente, as mães devem amamentar e dar à criança alimentos nutritivos e saudáveis até os dois anos de idade e até mais.

## O que fazer se a mãe estiver muito doente para amamentar?

Se uma mãe estiver doente demais para amamentar seu bebê devido ao COVID-19, ela deve receber apoio para dar com segurança seu leite materno por outros meios, incluindo ordenhar leite, relactação (o processo de retomar a amamentação após um período sem amamentação ou muito pouca amamentação) ou o uso de leite humano de doadores de bancos de leite certificados.