

SE DESEJAR AMAMENTAR E ESTIVER EM CONDIÇÕES DE OFERECER O LEITE MATERNO, SIGA AS SEGUINTE ORIENTAÇÕES:

- 1 Lave as mãos por pelo menos 60 segundos antes de tocar no bebê ou antes de retirar o leite materno;
- 2 Use máscara cirúrgica (ou de tecido) cobrindo totalmente nariz e boca durante a amamentação;
- 3 Evite falar ou tossir durante a amamentação;
- 4 Troque a máscara imediatamente em caso de tosse ou espirro ou a cada nova mamada;
- 5 Caso não se sinta à vontade para amamentar diretamente, retire seu leite manualmente ou use bombas de extração. Um cuidador saudável poderá oferecer o leite ao bebê por copinho, xícara ou colher;
- 6 Siga rigorosamente as recomendações do fabricante para limpeza das bombas após cada uso, se resolver utilizá-la;
- 7 Higienize as mãos antes e depois de realizar os cuidados do bebê (banho, troca de fralda, limpeza do coto umbilical, amamentação, etc).

Atenção:

Mantenha a distância mínima de 2 (dois) metros entre o leito da mãe e o berço do recém-nascido quando não estiver realizando os cuidados com o bebê.

O USO DAS MÁSCARAS NÃO SUBSTITUI AS MEDIDAS DE PREVENÇÃO! AS MEDIDAS DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL NÃO SÃO APENAS PARA VOCÊ, MAS TAMBÉM PARA TODA A SUA FAMÍLIA E A COMUNIDADE.



Telegestante
(53) 98421-0702



Teleamamentação
(53) 99947-3732

Banco de Leite Humano - (53) 3233-8880

Centro Obstétrico - (53) 3233-8823

@hufurgebserh

<http://www.ebserh.gov.br/web/hu-furg>



Hospital Universitário
Dr. Miguel Riet Corrêa Jr.
HU-Furg/Ebserh



Cuidados domiciliares para gestante ou puérpera com confirmação ou suspeita de covid-19

O QUE É COVID-19?

É uma doença infecciosa, causada pelo novo Coronavírus, transmitida por meio de gotículas que se espalham quando uma pessoa com covid-19 tosse ou espirra.

Essas gotículas “pousam” em objetos e superfícies e outras pessoas se contaminam quando tocam nesses objetos e em seguida tocam nos olhos, nariz ou boca.

O QUE FAZER PARA SE PROTEGER?

- Higienizar corretamente as mãos até a altura do punho. Lavar as mãos com água e sabão ou utilizar álcool em gel 70% 
- Não compartilhar objetos de uso pessoal 
- Preferir ambientes ventilados 
- Usar a máscara facial cobrindo boca e nariz 
- Manter o distanciamento social e evitar aglomerações 
- Realizar a limpeza de ambientes e superfícies com água sanitária ou álcool 70% 

O QUE FAZER QUANDO UMA PESSOA QUE MORA NA MESMA CASA ESTÁ COM COVID-19?

Pessoas com covid-19 precisam ficar em isolamento domiciliar por 14 dias. E as outras pessoas que moram na mesma casa também devem ficar em isolamento, mas afastadas de quem está doente.

ORIENTAÇÕES:

- 1 Separar toalhas de banho, talheres, copos e outros objetos de uso pessoal constante;
- 2 Higienizar os móveis da casa frequentemente. Sofás e cadeiras não podem ser compartilhados;
- 3 Todos devem usar máscaras dentro de casa;
- 4 Vaso sanitário, pia e superfícies do banheiro devem ser higienizados após o uso da pessoa com covid-19;
- 5 Os outros moradores da casa devem dormir longe da pessoa infectada, em outro cômodo, e não devem compartilhar a mesma cama;
- 6 A pessoa infectada não deve ter contato físico com outras pessoas, principalmente com idosos e doentes crônicos (ex: pessoas com hipertensão, diabetes ou câncer);
- 7 Manter o ambiente em isolamento sempre ventilado com janelas abertas, mas com a porta fechada.

Atenção para a piora de sintomas!

Em caso de falta de ar, confusão mental, diminuição de pressão arterial ou aumento da febre por mais de 3 dias, ou retorno após 48h do período sem febre, procure o serviço de emergência mais próximo, sempre de máscara.

Lembre-se:

Ao tossir ou espirrar, cubra nariz e boca com a parte interna do cotovelo. Use lenços de papel e descarte em um lixo com tampa. Evite tocar nos olhos, nariz e boca.

MÁSCARA

A máscara é de uso individual! Ela não pode ser compartilhada com ninguém, nem com mães e pais, filhos(as) ou companheiros(as). Então, se a sua família é grande, reforce que cada um tem que ter as suas máscaras.

A máscara é uma barreira física ao vírus. Para isso, é preciso que ela tenha pelo menos duas camadas de tecido.

Use-a para cozinhar ou preparar os alimentos, cobrindo boca e nariz todo o tempo.

Recém-nascidos **não** devem usar máscaras.

Higienize as mãos sempre antes e depois de colocar e retirar a máscara. Troque a máscara sempre que ela ficar molhada (ou depois de tossir e espirrar).

Uso correto:



CUIDADOS COM A AMAMENTAÇÃO

A OMS recomenda que a **amamentação seja mantida** mesmo em caso de suspeita ou confirmação de infecção por Covid-19 pela mãe ou pelo bebê.



A amamentação traz benefícios para a saúde da criança e da mulher e não há evidências sobre a transmissão do Coronavírus por meio da amamentação.