Cartilha de orientação de amamentação para Varíola Símia

edição 01 - setembro/2022

É seguro ter contato pele a pele com o meu bebê no período infeccioso da doença?

NÃO

Não é seguro pois existe risco de contágio pelo contato

É seguro amamentar se estiver positivo para monkeypox?

NÃO

Não, estudos ainda estão avaliando se existe a possibilidade de contágio durante a amamentação

Se eu e meu bebê testarmos positivo, posso manter contato?

SIM

Sim, porém cubra a pele e use máscara para evitar contato e o surgimento de novas lesões

Se eu e meu bebê estivermos positivos, posso retomar a amamentação?

SIM

Sim, porém mantenha as lesões cobertas e use máscara

É seguro dar leite extraído, se eu estiver positiva e meu bebê negativo?

NÃO

Estudos atuais contraindicam a oferta de leite extraído

É mais seguro dar fórmula se eu estiver positiva e meu bebê negativo?

SIM

Sim, durante o isolamento deverá ser ofertada ao bebê

Leite pasteurizado doado do banco de leite é seguro para o bebê que está na UTI-NEO?

SIM

Sim, é uma ótima opção para o seu bebê nesse período

Conseguirei amamentar após o período de isolamento?

SIM

Sim, faça a extração durante o isolamento para manter a produção

O que é?

Vírus Monkeypox (MPX) é um vírus da família da varíola humana.
As lesões cutâneas do MPX assemelham-se as erupções da varíola, podendo ter aspecto semelhante a outras doenças infecciosas comuns como catapora, herpes simples, etc .

Transmissão

- Contato próximo com secreções respiratórias, crostas, fluidos corporais da pessoa infectada ou objetos e superfícies contaminadas.
- Transmissão durante a gestação da mãe para o bebê pela placenta.
- Durante o contato próximo no pós-parto.

Período de incubação

Período de incubação: tipicamente de 6 a 16 dias, mas pode chegar a 21 dias.

Monkeypox | Varíola Símia

Se vocês precisam ficar um tempo separados devido ao monkeypox, a amamentação não é recomendada. A manutenção da lactação deve ser feita por meio da extração manual ou com bomba de extração.

Amamentação

A amamentação é a forma de proteção mais econômica e eficaz contra várias doenças como diarreias, infecções respiratórias, alergias, entre outras. A Organização Mundial da Saúde recomenda que os bebês sejam amamentados exclusivamente até o sexto mês de vida.
O aleitamento deve seguir após os 6 meses e continuar até o segundo ano ou mais da criança, pois continua sendo uma importante fonte de energia, proteína e outros nutrientes. Se não for possível amamentar, mantenha a lactação por extração manual ou bomba de extração até o retorno da amamentação.

Cuidado com as mamas

• Descida do leite pode acontecer até o 5º dia do pós-parto.

• Evitar banhos e/ou compressas quentes.

•Utilizar sutiã com alças firmes para sustentação.

•As mamas podem ficar mais cheias, quentes, com sensação de "pesadas" e doloridas.

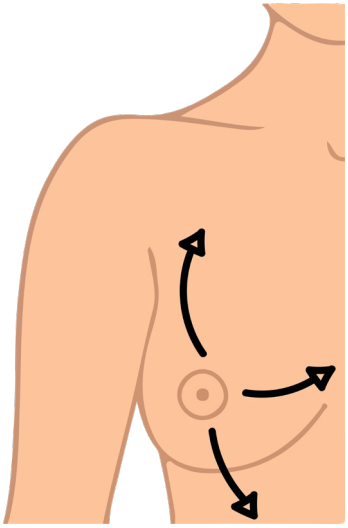
Retorno da amamentação

Retomar a amamentação após a formação de uma nova pele em todas as lesões, ausência de sintomas e liberação médica. Nesse período de isolamento é importante que sejam feitas extrações frequentes para manutenção da lactação. Após liberação médica, existe a possibilidade de retomada da amamentação. Caso apresente dificuldades no retorno e seja necessário complementação poderá ser utilizado sistema de relactação.

Caso apresente dificuldades, busque ajuda com profissionais habilitados e capacitados para auxiliá-la nesse momento.

O que eu faço com a minha mama se apresentar áreas endurecidas e doloridas?

Massageie do mamilo até a axila e clavícula com movimentos gentis e suaves.



Benefícios
• Reduz o inchaço
• Alívio da dor

Informações importantes
Orientação pós-alta

- Recomenda-se que um cuidador saudável, negativo para varíola, cuide do recém nascido no período que a mãe estiver em isolamento;

- O cuidador deverá retornar com o recém nascido após 48 horas para avaliação médica;

- Caso recém nascido apresente qualquer sinal ou sintoma, retornar imediatamente para avaliação;

- Não é aconselhável contato direto entre o recém nascido e o paciente positivo;

- Não é aconselhável que o bebê esteja no mesmo ambiente que o paciente positivo;

- Seguir o isolamento até a cicatrização completa das lesões, o desaparecimento dos sintomas e obtenção da liberação médica;

- Caso a mãe com diagnóstico positivo tenha contato com o bebê, esteja ele com diagnóstico positivo ou negativo, trocar a roupa do mesmo após o contato. Assim, existe a prevenção da infecção para o bebê negativo. E, para o bebê positivo, previne-se o surgimento de novas lesões;

- O cuidador deve estar coberto do pescoço para baixo, com a máscara bem ajustada a face e não ter contato pela a pele;

- Caso o seu bebê também esteja positivo, tente restringir o contato para prevenir o agravamento da doença e disseminação de novas lesões;

- A mãe deve ser monitorada, de preferência por telemedicina durante o isolamento.

- Em alguns momentos pode ser necessária a avaliação presencial. Neste caso utilize máscara bem acoplada a face e roupas que cubram completamente as lesões de pele;

- Sobre a bomba de extração: é possível locar ou comprar, procure profissional para orientação;

- O leite extraído deverá ser descartado enquanto a mãe estiver em isolamento, apresentando sintomas;

***Essas recomendações podem ser alteradas a qualquer momento com a publicação de novos dados científicos.**

Como realizar extração manual?

Coloque os dedos e indicador em formato de "C"no local onde começa a aréola.

Passo 01: Aproxime delicadamente o dedo indicador e polegar no seio em direção as costelas.

Passo 2: Depois junte-os e os comprima entre o polegar e o indicador.

Passo 03: Importante mudar os dedos de lugar dando a volta por toda a aréola, repetindo a manobra até o esvaziamento do seio.

Como utilizar a bomba de extração?

Inicie logo após o parto, simulando a mamada do recém nascido. Isso contribui para o estímulo da glândula mamária e a manutenção da lactação até o retorno da amamentação. Prepare-se, aprenda a extrair, faça uma pesquisa sobre o equipamento que possa precisar e peça apoio a um profissional de saúde para escolha correta da bomba de extração.

Procedimento para higienização

- higienize bem as mãos antes iniciar;
- para higienizar o equipamento utilize escova própria e detergente neutro. Lembre-se de desacoplar todas as peças para iniciar;
- lave bem e enxágue. Faça a desinfecção em aparelho próprios ou ferva por 15 minutos. E sempre siga as instruções recomendadas pelo fabricante;
- a higiene da sacola térmica de transporte deverá ser feita uma vez por semana ou antes se sujidade, com sabão ou detergente. Ao final, deixe secar e aplique álcool líquido 70%.

Como extrair

• Caso sinta o tecido areolar endurecido e rígido realize massagem com movimentos circulares. Retire um pouco de leite para tornar o tecido macio e flexível para utilização da bomba de extração.
• No início, tente extrair de oito a dez vezes, a cada 24 horas e mantenha esta frequência quando o seu leite descer.
• O tempo de utilização da bomba deve ser de 15 minutos. Não se preocupe se não extrair muito leite no início. A extração regular vai estimular os seus seios a produzirem mais.
• Não espere até os seus seios estarem cheios, uma só sessão de extração não irá drená-los bem. O ideal é extrair com frequência e regularmente, descartando o leite ao final

Dica

Um sutiã concebido para a extração permite manter as mãos livres e fazer outras coisas enquanto extrai leite.

Organize-se

Organize todos os materiais necessários e evite interromper sua sessão de extração do leite.

Velocidade do extrator

Muitos extratores possuem o modo estimulação e um modo de extração. Normalmente, o modo de estimulação dura cerca de dois minutos, mas assim que vir o leite fluir, é importante que mude para a fase de extração.

Dica: Faça as extrações em ambientes calmos com música de relaxamento e tenha uma foto do seu bebê próximo, pois isso auxilia na produção de leite.

Funil da bomba

Certifique-se que está utilizando um funil do tamanho certo (a parte afunilada que se ajusta sobre a sua mama). O túnel do funil deve ajustar-se bem ao mamilo, deixando espaço suficiente para que este se mova para a frente e para trás sem encostar. Não deve encostar ou puxar demasiado sua aréola (a zona escura em redor do mamilo). Além disso, não deve puxar a pele da mama para dentro do túnel enquanto extrai.
Um funil que não se ajuste bem pode reduzir a quantidade de leite extraído.

Para garantir a produção no período de isolamento, na maternidade e em casa, extraia leite regularmente a cada 3 horas. O leite deverá ser descartado na pia.

Não ignore o desconforto!
Extrair leite não deve doer. Se sentir desconforto durante a extração, ou se notar bolhas ou irritações no mamilo ou na mama, tente reduzir a sucção do extrator de leite.
Se o desconforto continuar, pare de extrair e aconselhe-se com uma especialista em amamentação.

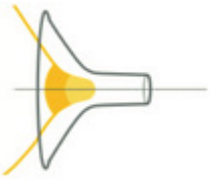
1

O túnel deve ser maior que o diâmetro do seu mamilo, entre 2 a 3mm.

2

Rotacione a parte oval até achar uma posição confortável

3



Centralize o mamilo no túnel, para que ele consiga se mover livremente

4

Cheque regularmente o tamanho, pois pode haver alterações com o tempo

Cuidados ao amamentar quando mãe e bebê estão positivos

Você deve seguir rigidamente as seguintes precauções para que não haja a formação de novas lesões em você e no bebê:
• Não deve haver contato direto pele a pele. Durante a amamentação o bebê deverá estar completamente vestido ou enrolado em manta ou cobertor. Após o contato, trocar e higienizar toda a roupa, manta ou cobertor;
• Higienizar as mãos antes e depois do processo;
• A mãe deverá usar máscara bem acoplada ao rosto (de preferência cirúrgica), e estar com o corpo coberto do pescoço para baixo com roupas que cubram braços e pernas ou lençóis limpos;
• Cuidado com as crostas presentes no ambiente, pois elas também podem ser contaminantes.
• Roupas de cama sujas ou úmidas no ambiente devem ser trocadas.

Como preparar a formula infantil?

Procedimento para o preparo da fórmula infantil segundo recomendação da Organização Mundial da Saúde (OMS):
- Higienizar a superfície e utensílios utilizados para o procedimento;
- Verificar volume final a ser preparado;
- Medir a quantidade de água necessária:
- Ferver a água mineral ou filtrada;
- Utilizar água mineral ou filtrada fervente para diluição do pó (em temperatura mínima de 70°C);
- Sugere-se utilizar 50% do volume de água fervente para diluir o pó, e para completar o volume final utiliza água mineral fria;
-Utilizar 1 (uma) medida rasa de pó para 30ml água (ou seguir recomendação do fabricante). Adicionar a(s) medida(s) do pó conforme volume desejado;
- Fechar o frasco e agitar, homogenizando a solução;
- Oferecer a fórmula ao bebê em temperatura morna (37ºC);
- Consumir imediatamente após o preparo. Desprezar o volume que sobrar e nunca reaquecer em outro horário.

Como ofertar a fórmula

Durante o seu isolamento,
peça para um cuidador saudável, negativo para varíola símia, ofertar a fórmula para o seu bebê, evitando a contaminação.
Para preservar o retorno à amamentação e evitar o desmame precoce, opte por oferecer em copinho transparente rígido ou colher dosadora.
O cuidador deve usar máscara cirúrgica bem ajustada ao rosto, higienizar as mãos com água e sabonete ou álcool em gel 70%. Isso deve ser feito antes e depois de ofertar o leite para o bebê e quando tiver contato com o mesmo.
O bebê deve estar completamente coberto.

ALBERT EINSTEIN

SOCIEDADE BENEFICENTE ISRAELITA BRASILEIRA