



Cartilha de orientação de amamentação para vírus Mpox

Edição 02 - setembro/2024





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 a mãe ou o bebê estiverem positivos para Mpox?

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 Mpox é um vírus da família da varíola humana.

As lesões cutâneas do Mpox assemelham-se às 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.
- Durante a gestação, transmissão para o bebê pela placenta.
- Durante o contato próximo no pós-parto.



Período de incubação

Tipicamente de 6 a 16 dias, mas pode chegar a 21 dias.



Febre



linfonodos inchados



Dor de Cabeça



Calafrios



Dor nas costas



Dores musculares



Exaustão



Lesões

Vírus Mpox

Se vocês precisam ficar um tempo separados devido ao Mpox, 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 e 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 seis meses 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.

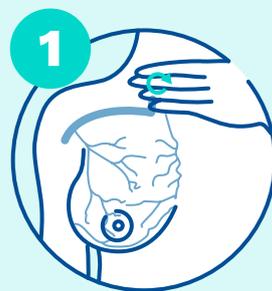
Cuidado com as mamas

- A 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.

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

Do terceiro ao quinto dia após o parto, ou no momento da descida do leite, as mamas ainda não se ajustaram à sua produção. Os seios ficam cheios, quentes e doloridos. A aréola pode ficar rígida, fazendo com que o mamilo fique achatado, dificultando a extração de leite.

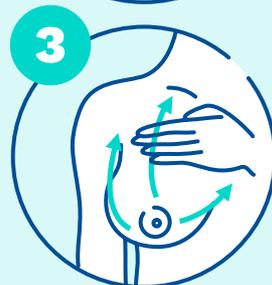
Realize massagem suave nas mamas, com o objetivo de fazer uma drenagem linfática. Siga os passos mostrados na figura abaixo.



Dez pequenos círculos entre o pescoço e a clavícula.



Dez pequenos círculos na axila.



Massagens leves e suaves do mamilo em direção à axila e à clavícula.

Referência da figura e massagem - Protocol 36 Academy Breastfeeding Medicine

- Se o tecido areolar estiver rígido, realize massagem e extração manual antes da utilização da bomba.
- Realize compressas frias após as extrações por 10 minutos até a estabilização do quadro.

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.

INFORMAÇÕES IMPORTANTES

Orientação pós-alta

- Recomenda-se que um cuidador saudável, negativo para Mpox, cuide do recém-nascido no período que a pessoa que amamenta estiver em isolamento.
- O cuidador deverá retornar com o recém-nascido após 48 horas para avaliação médica.
- Caso o 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 pessoa que amamenta 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 à face e não ter contato pele 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 pessoa que amamenta 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 à face e roupas que cubram completamente as lesões de pele.
- Sobre a bomba de extração: é possível locar ou comprar. Procure um profissional para orientação.
- O leite extraído deverá ser descartado enquanto a pessoa que amamenta estiver em isolamento, apresentando sintomas.

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

Como realizar extração manual?

- Passo 1:** Coloque os dedos e indicador em formato de “C” no local onde começa a aréola.
- Passo 2:** Aproxime delicadamente o dedo indicador e o polegar no seio em direção às costelas.
- Passo 3:** Depois junte-os e comprima entre o polegar e o indicador.
- Passo 4:** 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 e peça apoio a um profissional de saúde para a 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 próprio ou ferva por 15 minutos. Sempre siga as instruções recomendadas pelo fabricante.
- A higiene da sacola térmica de transporte deverá ser feita uma vez por semana, ou antes se houver 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 essa 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.

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

Velocidade do extrator

Muitos extratores possuem um modo de estimulação e um modo de extração.

Normalmente, o modo de estimulação dura cerca de dois minutos. Mas, assim que o leite flui, é importante que mude para a fase de extração.

Funil da bomba

Certifique-se de 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. Ele 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.

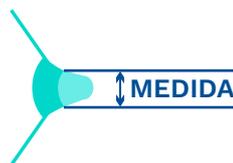
Para garantir a produção no período de isolamento, na maternidade e em casa, extraia leite regularmente a cada 3 horas. O leite deverá ser descartado na pia.

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



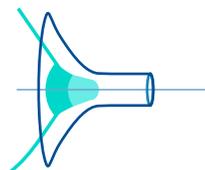
O túnel deve ser maior que o diâmetro do seu mamilo, entre 2 mm a 3 mm

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 pessoa que amamenta 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 pessoa que amamenta 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 fórmula infantil?

Procedimento para o preparo da fórmula infantil segundo recomendação da Organização Mundial da Saúde (OMS):

- Higienizar a superfície e os utensílios utilizados para o procedimento.
- Verificar o 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, utilizar água mineral fria.
- Utilizar 1 (uma) medida rasa de pó para 30 ml de água (ou seguir a recomendação do fabricante). Adicionar a(s) medida(s) do pó conforme o volume desejado.
- Fechar o frasco e agitar, homogenizando a solução.
- Oferecer a fórmula ao bebê em temperatura morna (37 °C).
- 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 Mpox, 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.



Revisão técnica:

Natalia Turano e Dra. Emy Akiyama Gouveia



ALBERT EINSTEIN

SOCIEDADE BENEFICENTE ISRAELITA BRASILEIRA