

# GESTAÇÃO E AMAMENTAÇÃO em tempos de pandemia





Universidade Federal do Tocantins-UFT  
Liga Acadêmica de Nutrição Materno  
Infantil- LANMI

**CADERNO EDUCATIVO:**  
**Gestação e amamentação em**  
**tempos de pandemia**

Organizadores

Dra. Renata Junqueira Pereira

Dra. Araújo Dias Pereira

Autores

Denise Alves da Silva Costa

Clara Oliveira Lopes

Maria Gabriela de Oliveira Lisboa

Estefany Martins de Sousa

Acsa Nascimento Alves

Stephany Lima Lobão

Tatiana Vieira Ferreira

Anne Karolliny da Mata Rodrigues

Camilla Rodrigues Evangelista Silva

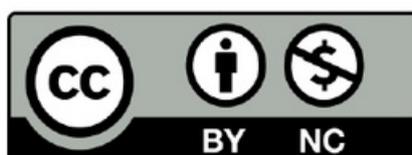
**PALMAS-TO**  
**2021**

Copyright © 2020 - Universidade Federal do Tocantins – Todos os direitos reservados

[www.uft.edu.br](http://www.uft.edu.br)

<https://ww2.uft.edu.br/index.php/proex>

Universidade Federal do Tocantins (UFT) | Câmpus de Palmas  
Avenida NS 15, Quadra 109 Norte | Plano Diretor Norte  
Bloco IV, Reitoria, Sala 117  
Palmas/TO | 77001-090  
E-mail: [proex@uft.edu.br](mailto:proex@uft.edu.br)



Atribuição 4.0 Internacional (CC BY 4.0)

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)  
Sistema de Bibliotecas da Universidade Federal do Tocantins - SISBIB

F981c Fundação Universidade Federal do Tocantins.  
Cadernos educativos: gestação e amamentação em tempos de pandemia. /  
Organizadores: Renata Junqueira Pereira, Araújo Dias Pereira; autoria: Denise Alves da Silva  
et al. – Palmas, TO: UFT/PROEX/LANMI, 2021.  
36 p.:il. color.

Liga Acadêmica de Nutrição Materno Infantil - LANMI  
Liga Acadêmica de Nutrição de Terapia Nutricional - LATEN  
ISBN: 978-65-87246-12-3

1.Gravidez. 2. Lactação. 3. Coronavírus. 4. Pré-natal. I. Título.

CDD 618.24

TODOS OS DIREITOS RESERVADOS – A reprodução total ou parcial, de qualquer forma ou por qualquer meio  
deste documento é autorizado desde que citada a fonte.



Copyright © 2021- Liga de Nutrição  
Materno infantil-UFT - Todos Direitos  
Reservados.

Universidade Federal do  
Tocantins(UFT)| campus Palmas-TO  
Av NS 15, Quadra 109 norte| Plano  
Diretor Norte | 77001-090

**PALMAS-TO  
2021**

UNIVERSIDADE FEDERAL DO TOCANTINS-UFT  
PRÓ-REITORIA DE EXTENSÃO, CULTURA E ASSUNTOS COMUNITÁRIOS - PROEX

LIGA DE NUTRIÇÃO MATERNO INFANTIL-LANMI



# CADERNO EDUCATIVO: Gestação e amamentação em tempos de pandemia

**Palmas-TO  
2021**



# Palmas-TO

## **AUTORES**

Denise Alves da Silva Costa

Clara Oliveira Lopes

Maria Gabriela de Oliveira Lisboa

Estefany Martins de Sousa

Acsa Nascimento Alves

Stephany Lima Lobão

Tatiana Vieira Ferreira

Anne Karolliny da Mata Rodrigues

Camilla Rodrigues Evangelista Silva

## **ORGANIZADORES**

Dra. Renata Junqueira Pereira

Dra. Araújo Dias Pereira

# SUMÁRIO

1.Apresentação.....	7
2.Gestação em tempos de pandemia.....	8
3.Atenção às gestantes e puérperas no cenário de pandemia.....	9
4.Caso a infecção pelo coronavírus seja confirmada, o Ministério da Saúde (MS) garante:.....	10
5.Amamentação em tempos de pandemia.....	12
6.Dúvidas mais frequentes em tempos de pandemia sobre amamentação.....	13
6.1.Sou gestante tenho mais chances de ser infectada pelo vírus?.....	14
6.2.Posso transmitir COVID-19 para o meu bebê?.....	15
6.3.Caso esteja infectada, tenho possibilidade de passar por um parto de emergência?.....	16
6.4.Como deve prosseguir o atendimento à gestante, parturiente e puérpera?.....	17

6.5.Posso amamentar se estiver com Covid-19? Há possibilidade de transmitir o vírus pelo leite?.....	20
6.6.O leite materno humano pode conter anticorpos que combatem ao Coronavírus?.....	21
6.7.Em casos de suspeita/confirmação de Covid-19 é necessário o uso de fórmulas como “reforço”?.....	22
6.8.Após o parto, o bebê ainda deve ser colocado em contato pele a pele e amamentado, caso a mãe for confirmada ou tiver suspeita de Covid-19?.....	23
7.Efeitos negativos da separação entre bebê e mãe confirmada ou suspeita de infecção por Coronavírus.....	24
8.Quais alimentos podem ajudar na prevenção contra o vírus?.....	26
9.Recomendações.....	27
10.Referências Bibliográficas.....	32

# APRESENTAÇÃO

Com a pandemia do coronavírus, causador da Covid-19, o mundo inteiro tem enfrentado grandes desafios. A doença pode surgir em pessoas de todas as idades e, quando infectado, o indivíduo precisa fazer o isolamento físico para não contaminar as pessoas próximas de si.

As gestantes e mulheres no pós-parto também podem ter essa doença, o que causa medo, não só por suas vidas, mas também pelos riscos aos bebês.

Ainda não há certeza quanto aos cuidados a serem tomados em alguns processos que envolvem gestantes com suspeitas ou com Covid-19, mas as pesquisas já nos trazem algumas recomendações, que serão apresentadas a seguir.

# GESTAÇÃO EM TEMPOS DE PANDEMIA

Devido ao alto risco de adoecer e morrer, a Organização Mundial da Saúde (OMS) classificou as gestantes como grupo de risco para Covid-19.

Na maioria das pessoas infectadas, os sintomas apresentados são leves, com febre e tosse seca.

Porém, mulheres após 20 semanas de gestação, podem ter também cansaço, falta de ar, diarreia, congestão do nariz e coriza.

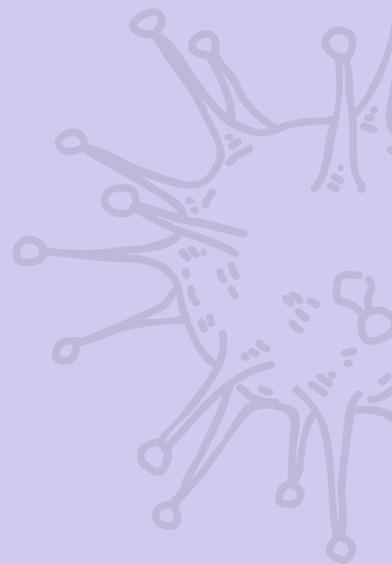
Algumas mulheres podem desenvolver também a síndrome respiratória aguda grave, que exige cuidados hospitalares (ZAIGHAM; ANDERSSON, 2020).



# ATENÇÃO ÀS GESTANTES E PUÉRPERAS NO CENÁRIO DA PANDEMIA

A fim de garantir atenção às gestantes durante a pandemia, deve haver, nos serviços de pré-natal e maternidades, uma triagem de sintomas respiratórios e avaliação da presença de fatores de risco.

Os serviços de saúde devem garantir o acesso a cuidados especializados de medicina obstétrica e fetal, bem como os cuidados neonatais.





O momento de incerteza quanto à pandemia pode afetar a saúde mental materna.

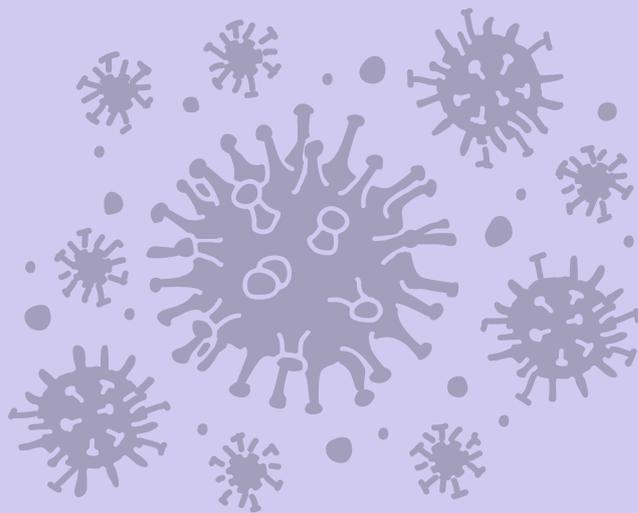
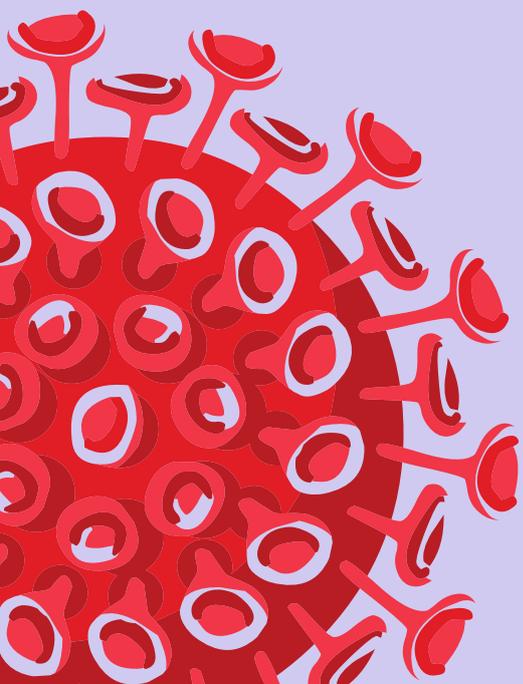
A ansiedade pode surgir nas gestantes, com a aproximação do parto e o avanço da pandemia pode agravar os sentimentos de medo e insegurança.

Nessa situação, a gestante pode contar com o apoio psicossocial, em que será ouvida pelos profissionais de saúde, mesmo de forma remota, por telefone ou internet, sendo informada dos procedimentos na maternidade e durante o parto.

Sempre que possível, o atendimento psicológico é recomendado, com apoio emocional também do acompanhante, devendo ser matido o acompanhamento após o parto (CARDOSO et al., 2021).

# AMAMENTAÇÃO EM TEMPOS DE PANDEMIA

O Ministério da Saúde, considerando os benefícios da amamentação para a saúde da criança e da mulher, que não há registro da transmissão do coronavírus pelo leite materno até o momento e que não é aconselhada a interrupção do aleitamento materno nas outras infecções respiratórias da mãe, durante a amamentação, recomenda que a amamentação seja mantida em caso de Covid-19, desde que a mãe deseje amamentar e esteja em condições para isso (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2020).

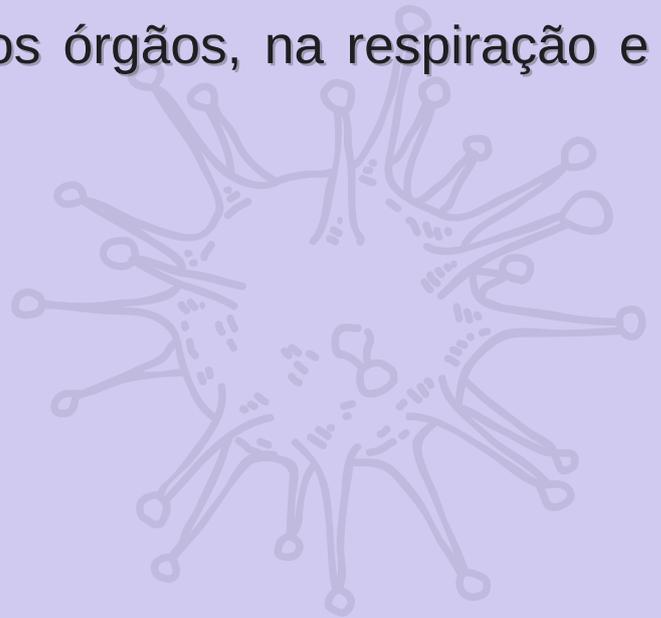




**DÚVIDAS MAIS  
FREQUENTES EM  
TEMPOS DE PANDEMIA  
SOBRE A  
AMAMENTAÇÃO**

# SOU GESTANTE. TENHO MAIORES CHANCES DE SER INFECTADA PELO VÍRUS?

As gestantes não apresentam maior risco de infecção que o restante da população. No entanto, a piora da doença poderia ser mais grave durante a gravidez, porque o corpo da mulher passa por mudanças na forma, no funcionamento dos órgãos, na respiração e na imunidade.



# POSSO TRANSMITIR COVID-19 AO MEU BEBÊ?

Muitas gestantes com Covid-19 têm medo dos problemas que podem ocorrer durante o período da gestação e no momento do parto, como a possibilidade de transmissão do vírus para o bebê.

As pesquisas mostram que existe a possibilidade do aparecimento de sintomas, semelhantes aos da mãe infectada, no recém-nascido. Já outras pesquisas mostraram que o vírus não atravessa a placenta e não pode infectar o bebê (HOFFMANN et al., 2020).

Devido às incertezas da ciência sobre os possíveis riscos de infecção, é compreensível o medo que as mulheres gestantes sentem.

Por isso, é importante que elas estejam atentas às *fake news*, devendo verificar se as notícias são de fontes confiáveis.

## **CASO ESTEJA INFECTADA, TENHO POSSIBILIDADE DE PASSAR POR UM PARTO DE EMERGÊNCIA?**

Gestantes que desenvolvem Covid-19 grave, e que já possuam alguma comorbidade, têm mais chances de passarem por um parto cesariano de emergência ou um parto prematuro, o que eleva o risco de morte materna e do recém-nascido (LI et al., 2020).



# COMO DEVE PROSSEGUIR O ATENDIMENTO À GESTANTE, PARTURIENTE E PUÉRPERA?

Manter o cuidado pré-natal é fundamental, porém no período de pandemia, foram necessários ajustes para que a oferta desse cuidado não fosse prejudicada.

As equipes de pré-natal podem praticar teleatendimento em parte do pré-natal e, se não houver essa possibilidade, em seu lugar, poderá ser feito contato por telefone para acompanhar e orientar as gestantes (AZIZ et al., 2020).

As consultas presenciais deverão ser mantidas de acordo com o esquema apresentado:

**1. Entre as semanas 11 e 14: consulta presencial com exame físico completo, coleta de exames laboratoriais, bem como a primeira ultrassonografia para confirmar a idade gestacional, data provável do parto e avaliação do desenvolvimento fetal;**

**2. Entre as semanas 20 e 22, deverá ser realizado o ultrassom morfológico;**

**3. Entre as semanas 26 e 28, deverá ser realizado o exame para diabetes mellitus gestacional e a administração de vacinas;**

**4. 32 semanas: consulta presencial de rotina;**

**5. 35 semanas: consulta presencial de rotina;**

**6. 37 semanas: coleta do exame de PCR em tempo real para coronavírus (nos locais em que o resultado do teste demorar mais que 7 dias);**

**7. A partir de 39 semanas, as consultas devem ser semanais até o parto, podendo ser por meio de teleconsultas.**

# POSSO AMAMENTAR SE ESTIVER COM COVID-19? HÁ POSSIBILIDADE DE TRANSMITIR O VÍRUS PELO LEITE?

A ciência tem mostrado que os benefícios da amamentação superam quaisquer riscos potenciais de transmissão do vírus por meio do leite materno.

Ainda não houve confirmação científica de que o coronavírus possa ser transmitido pelo leite materno.

A amamentação continua sendo recomendada, mesmo por mães com suspeita/confirmação de Covid-19.



# O LEITE MATERNO HUMANO PODE CONTER ANTICORPOS QUE COMBATEM O CORONAVÍRUS?

Os estudos científicos mostram a presença de anticorpos contra o coronavírus (IgA específicos) em todas as amostras de leite de mulheres recuperadas da Covid-19 (FOX et al., 2020).



## **EM CASOS DE SUSPEITA/CONFIRMAÇÃO DE COVID-19, É NECESSÁRIO O USO DE FÓRMULAS LÁCTEAS COMO “REFORÇO” DA AMAMENTAÇÃO?**

Mesmo com a suspeita/confirmação de Covid-19, em mãe que está amamentando, não há necessidade de um “reforço” durante a amamentação, já que o leite materno é considerado completo e recomendado como única alimentação até os 6 meses de vida do bebê.

O uso de fórmulas lácteas (substitutas do leite materno) pode atrapalhar a produção de leite da mulher, podendo prejudicar a continuidade da amamentação.

As mães devem ser encorajadas a manterem o aleitamento, mesmo em casos suspeitos ou até confirmados de Covid-19.



## **APÓS O PARTO, O BEBÊ AINDA DEVE SER COLOCADO EM CONTATO PELE A PELE E AMAMENTADO, CASO A MÃE FOR CONFIRMADA OU TIVER SUSPEITA DE COVID-19?**

Sim. O contato pele a pele após o parto promove diversos benefícios, tanto para mãe, quanto para o recém-nascido, auxiliando a regulação da temperatura corporal do bebê, auxiliando o início da amamentação e reduzindo a mortalidade neonatal.

O leite humano deve ser incentivado como alimento de primeira escolha, por levar benefícios nutricionais, imunológicos e de desenvolvimento do vínculo emocional entre mãe e filho.

Separar a mãe do recém-nascido devido à Covid-19 pode desencadear um ciclo marcado por estresse, redução da produção de leite materno, má amamentação e aumento do risco de instabilidade infantil e da necessidade de cuidados em unidade de terapia intensiva (CHEEMA et al., 2020).

O contato pele a pele e a amamentação deverão ser iniciados somente após cuidados de higiene e medidas de prevenção contra contaminação, como limpeza da mãe que acabou de parir (banho no leito), troca de máscara, touca, camisola e lençóis.

**EFEITOS NEGATIVOS DA SEPARAÇÃO  
ENTRE BEBÊ E MÃE CONFIRMADA  
OU SUSPEITA DE INFECÇÃO  
PELO CORONAVÍRUS**





# QUAIS ALIMENTOS PODEM AJUDAR NA PREVENÇÃO CONTRA O CORONAVÍRUS?

Não há estudos que apontem um ou mais alimentos específicos que previnam o contágio ou ajude no tratamento da doença.

Entretanto, uma alimentação adequada pode melhorar nossa resposta imunológica e aumentar as possibilidades de recuperação em casos de infecção. Dessa forma, uma alimentação diversificada, balanceada e equilibrada fornece nutrientes importantes para o bom funcionamento do sistema de defesa, colaborando para a prevenção de doenças e diversos processos infecciosos (BOTELHO, 2020).

**FIQUE ATENTA:** tanto o baixo peso/desnutrição, quanto a obesidade comprometem o funcionamento da atividade imunológica.

As necessidades energéticas da mãe ficam aumentadas no período da gestação e lactação, sendo importante o acompanhamento do profissional nutricionista no estabelecimento dessas necessidades durante todo o período, de acordo com as condições do cenário atual, prezando sempre pela segurança da mãe.

# RECOMENDAÇÕES



# RECOMENDAÇÕES

O Ministério da Saúde, em conjunto com a Fundação Oswaldo Cruz e a Rede Brasileira de Bancos de Leite Humano, publicaram as recomendações técnicas N°. 01/20.170320, acerca da Covid-19 e a Amamentação.

Essas recomendações foram baseadas em discussões técnicas realizadas entre profissionais do Ministério da Saúde do Brasil, da Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP); do Instituto Nacional de Saúde da Mulher, da Criança e do Adolescente Fernandes Figueira (IFF/FioCruz), do Instituto de Medicina Integrada Professor Fernando Figueira (IMIP); do Instituto de Saúde de São Paulo (IS-SP); da Associação Brasileira de Obstetizes e Enfermeiros Obstetras (Abenfo) e da Rede Internacional em Defesa do Direito de Amamentar/International Baby Food Action Network (IBFAN).

Todas as instituições envolvidas destacam que os benefícios da amamentação superam quaisquer riscos potenciais de transmissão do vírus por meio do leite materno e ainda recomendam que:

- A amamentação deve ser mantida mesmo em caso de infecção pelo coronavírus, desde que a mãe queira amamentar e esteja em condições clínicas adequadas para realizá-lo;

- Recomenda-se também que a mãe infectada receba orientações para realizar as medidas apresentadas a seguir, a fim de reduzir o risco de transmissão do vírus pelas gotículas respiratórias, durante o contato com a criança, incluindo a amamentação:



**1.** Lavar as mãos por pelo menos 20 segundos, antes de tocar o bebê ou antes de retirar o leite materno (extração manual ou na bomba extratora);

**2.** Usar máscara facial (cobrindo completamente nariz e boca) durante as mamadas e evitar falar ou tossir durante a amamentação;

**3.** A máscara deve ser imediatamente trocada em caso de tosse ou espirro ou a cada nova mamada;

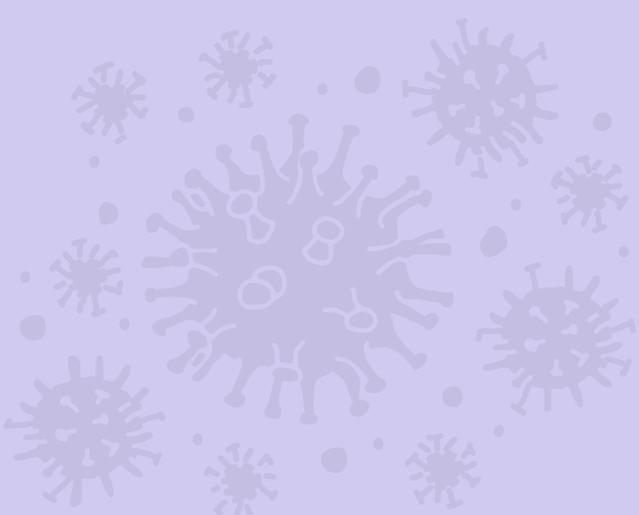
**4.** Em caso de opção pela extração do leite, devem ser observadas as orientações:

- Retire anéis, pulseiras e relógio.
- Coloque uma touca no cabelo e amarre um lenço/tecido limpo na boca. Para sua privacidade, pode vestir um avental.
- Lave as mãos e os braços até o cotovelo com água e sabão.
- Lave as mamas apenas com água limpa.
- Seque as mãos e as mamas com papel-toalha (evitando deixar resíduo de papel) ou com um pano limpo.
- Retire o leite do peito com as mãos ou com bomba manual ou elétrica.

**5.** Seguir rigorosamente as recomendações para limpeza das bombas de extração de leite após cada uso;

**6.** Deve-se considerar a possibilidade de solicitar a ajuda de alguém que esteja saudável para oferecer o leite materno em copinho, xícara ou colher ao bebê;

**7.** É necessário que a pessoa que vá oferecer ao bebê aprenda a fazer isso com a ajuda de um profissional de saúde.



# REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AZIZ, Aleha *et al.* Telehealth for high-risk pregnancies in the setting of the COVID-19 pandemic. **American journal of perinatology**, New York, v. 37, n. 8, p. 800-808, 2020

BACHRACH, V. R.; SCHWARZ, E.; BACHRACH, L. R. Breastfeeding and the risk of hospitalization for respiratory disease in infancy: A meta-analysis. **Archives of pediatrics and adolescent medicine**, v. 157, p. 237–243, mar. 2003.

BOTELHO, Valéria Cristina Soares Furtado (Org.). **Guia com orientações nutricionais para gestantes e puérperas sobre COVID-19: segurança alimentar em tempos de pandemia por Coronavírus**. Rio de Janeiro: UNIRIO, 2020. E-book. Acesso em: 16 jun. 2021.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Cartilha Para Mulher Trabalhadora**. Brasília, DF: Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, 2ª ed., 2015. Acesso em: 08 jun. 2021.

BRASIL. Ministério da Saúde. **RECOMENDAÇÃO TÉCNICA No.01/20.170320**. Brasília, DF: Fundação Oswaldo Cruz, Rede Brasileira de Bancos de Leite Humano, mar. 2020. Assunto: COVID-19 e Amamentação.

CARDOSO, Pollyanna Costa et al. A saúde materno-infantil no contexto da pandemia de COVID-19: evidências, recomendações e desafios. **Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil**, Recife, v. 21, p. S221-S228, fev. 2021.

CHEEMA, R. et al. Protecting Breastfeeding during the COVID-19 Pandemic. **American Journal of Perinatology**, 2020.

HOFFMANN, M. et al. SARS-CoV-2 Cell Entry Depends on ACE2 and TMPRSS2 and Is Blocked by a Clinically Proven Protease inhibitor. **Cell**, v. 181, n. 2, p. 171-180, 2020.

LI, N. et al. Maternal and neonatal outcomes of pregnant women with COVID-19 pneumonia: a case-control study. **Clinical Infectious Diseases**, v. 71, n. 16, p. 2035-2041, 2020.

STANOJEVIC, M. Are COVID-19-positive mothers dangerous for their term and well newborn babies Is there an answer. **Journal of Perinatal Medicine**, v. 48, n. 5, p. 441-445, 2020.

STUBE, A. Protect Pregnant and Lactating Women with COVID-19 Through Research, Not from Research. **Breastfeeding Medicine**, v. 15, n. 6, p. 423-424, 2020.

ZAIGHAM, M.; ANDERSSON, O. Maternal and Perinatal Outcomes with Covid-19: a systematic review of 108 pregnancies. **Acta Obstetricia et Gynecologica Scandinavica**, v. 99, p.823-829, 2020.

