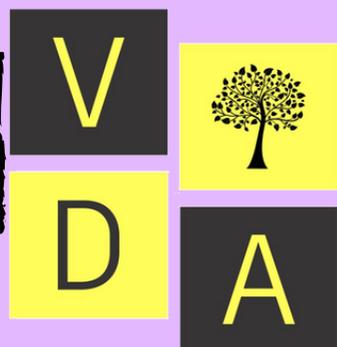
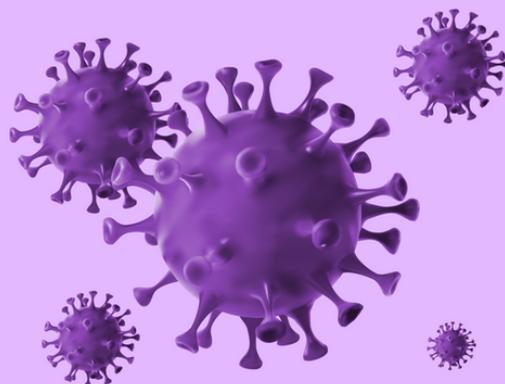


GESTANTES E MAMÃES, SAIBAM
COMO SE PROTEGER

Saúde da mulher em tempos de COVID-19

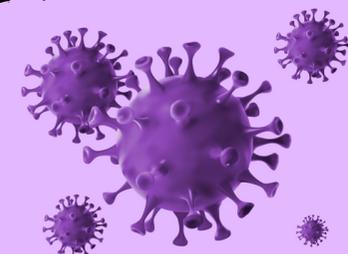


SAÚDE MENTAL E
QUALIDADE DE VIDA



PROGRAMA
UTFPR
MULHER

GESTANTES E MAMÃES! AGORA, O DIÁLOGO É COM VOCÊS!



A gravidez é um momento de sensibilidade. Sabemos que enfrentar uma pandemia exige ainda mais de todas vocês.

Esclarecendo algumas dúvidas:

1. Para se proteger do risco de contaminação da COVID-19, as gestantes, as mulheres que estão amamentando e as mães de bebês de até 24 meses, devem seguir todas as recomendações do ministério da Saúde que se destinam à população adulta, em geral.
2. As gestantes passam por mudanças em seu sistema imunológico, o que pode torná-las mais vulneráveis ao vírus. Por isso, vocês devem ter atenção redobrada!

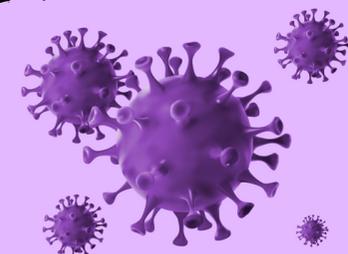


SAÚDE MENTAL E
QUALIDADE DE VIDA



PROGRAMA
UTFPR
MULHER

GESTANTES E MAMÃES! AGORA, O DIÁLOGO É COM VOCÊS!

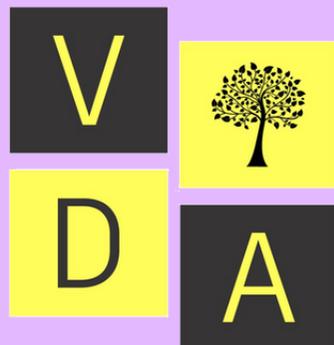


3. Gestantes possuem direito ao atendimento prioritário nas unidades hospitalares.

Atenção: a COVID-19 ainda é algo novo na saúde.

Então, ainda não se sabe muito sobre a chamada transmissão vertical, quando a doença passa da gestante para o filho. Tenha cuidado com notícias falsas (Fake News) e adote as recomendações do Ministério da Saúde.

4. A doação de leite materno é uma prática que pode salvar vidas! Especialmente de bebês prematuros ou com baixo peso ao nascer. Durante a pandemia, o Ministério da Saúde recomendou que a doação de leite humano seja realizada somente por lactantes saudáveis e sem contato domiciliar com pessoa com síndrome gripal. A medida adotada já é rotina nos bancos de leite, que não podem aceitar doação de lactante que não esteja saudável (item 6.2.2, "b", da Resolução ANVISA nº 171/2006). Essas medidas visam evitar riscos de contaminação durante a extração do leite.

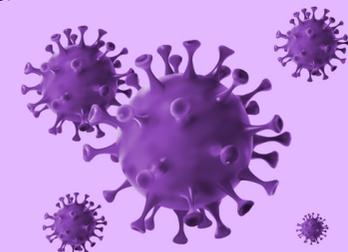


SAÚDE MENTAL E
QUALIDADE DE VIDA



PROGRAMA
UTFPR
MULHER

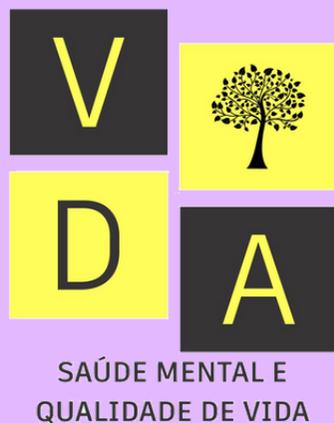
QUEM CORRE MAIS RISCOS?



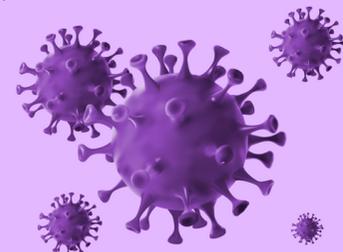
Pessoas acima dos 60 anos e aquelas com doenças crônicas, como diabetes, pressão alta e doenças cardiovasculares. Se você se enquadra no perfil descrito anteriormente, a recomendação é para redobrar os cuidados com higiene e ficar longe de aglomerações.

A orientação é FICAR EM CASA.

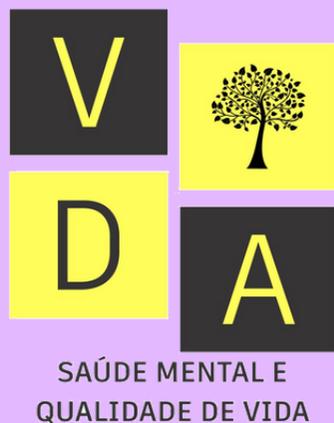
Caso utilize medicamento de uso contínuo, entre em contato com seu médico ou peça para algum familiar ir até o posto de saúde para buscar uma receita com validade ampliada, principalmente no período de outono e inverno. Isso reduz o trânsito desnecessário nos postos de saúde e farmácias.



GESTANTES E MAMÃES! AGORA, O DIÁLOGO É COM VOCÊS!



5. Lembramos que a doadora de leite humano não deve estar em uso de medicação que possa comprometer o leite materno e que deve seguir as demais recomendações constantes da Resolução de Diretoria Colegiada da ANVISA nº 171/2006. Saiba mais: www.saude.gov.br/doacaodeleite ou entre em contato diretamente com os Bancos de Leite Humano (BLH) ou Postos de Coleta de Leite Humano (PCLH).
6. A lista completa dos locais que dispem de banco de leite está disponível em: <https://rblh.fiocruz.br/localizacao-dos-blhs>



E O PRÉ-NATAL?

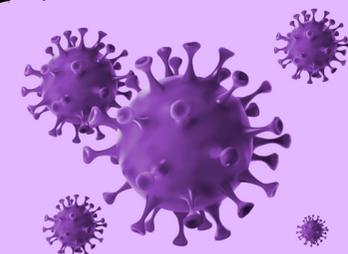
· O Ministério da Saúde recomenda que as gestantes que apresentarem os sintomas de gripe adiem, em 14 dias, os chamados

procedimentos eletivos, como: consultas e exames de rotina.

· Caso apresente febre alta ou falta de ar, procure o mais rápido possível o atendimento na unidade onde realiza o seu pré-natal.

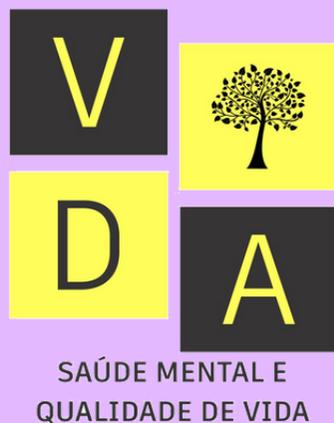
· Mas, se você está gestante e não apresenta sintomas da COVID-19, a recomendação é que o pré-natal seja realizado normalmente.

E O PARTO?

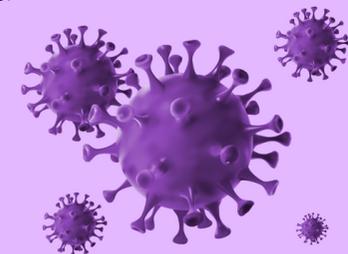


1. Procure informações com o profissional que está realizando o seu pré-natal. Verifique, se em razão da pandemia, você poderá realizar a visita prévia à maternidade.
2. Lembre-se: é direito seu ter um acompanhante durante todo o trabalho de parto, pós-parto e internação hospitalar, conforme a Lei nº 11.108, de 07 de abril de 2005. No entanto, em quadros de riscos de transmissão para as mulheres, estes poderão ser restringidos e qualificados.

O Ministério da Saúde já afirmou que, até o momento, o vírus SARS-CoV-2 não foi encontrado em sangue de cordão umbilical.



E A AMAMENTAÇÃO?



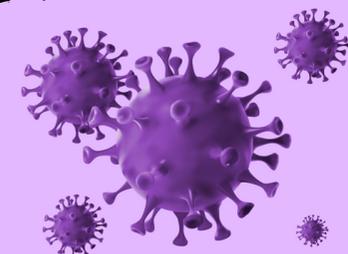
- A recomendação é que as mães que amamentam não sejam separadas do bebê, mesmo que estejam contaminadas pelo novo coronavírus, e que, a cada mamada, realize, conforme recomendado, a higienização das mãos, antes e depois da amamentação.
- Mantenha distância de 2 metros entre o berço do bebê e o leito da mãe. Vale lembrar que o leite materno é o melhor alimento para o bebê e que, até o momento, não existe evidência científica que comprove a transmissão por meio do leite materno.
- A Organização Mundial de Saúde e o Ministério da Saúde recomendam às lactantes que estejam infectadas pelo novo coronavírus, ou com suspeita de infecção, que utilizem máscara durante a amamentação, como forma de proteger o bebê das gotículas de saliva que possam ser transmitidas da mãe para o filho.



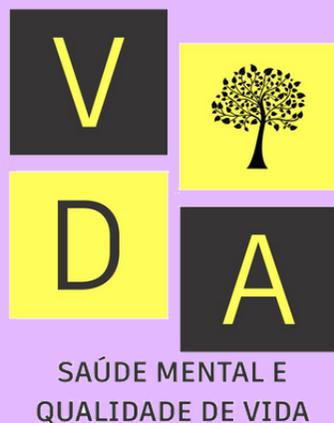
SAÚDE MENTAL E
QUALIDADE DE VIDA

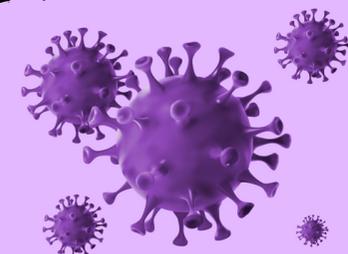


COMO FALAR COM CRIANÇAS SOBRE ESSE ASSUNTO?



- Faça perguntas abertamente e ouça a criança.
- Seja honesta: explique a verdade de uma forma que a criança entenda.
- Mostre à criança e a seus amigos como se proteger.
- Ofereça segurança.
- Verifique se elas estão sendo estigmatizadas ou espalhando estigmas.
- Procure quem possa ajudar.
- Cuide de você.
- Encerre as conversas com cuidado.





FONTES:

MINISTÉRIO DA MULHER, FAMÍLIA E DOS DIREITOS HUMANOS.
CARTILHA MULHERES NA COVID-19. DISPONÍVEL EM:
<[HTTPS://WWW.GOV.BR/MDH/PT-BR/ASSUNTOS/NOTICIAS/2020-2/ABRIL/CARTILHA-ORIENTA-MULHERES-DURANTE-A-PANDEMIA-DO-CORONAVIRUS/MULHERESCOVID19.PDF](https://www.gov.br/mdh/pt-br/assuntos/noticias/2020-2/abril/cartilha-orienta-mulheres-durante-a-pandemia-do-coronavirus/mulherescovid19.pdf)>.
ACESSADO EM: 05 DE MAIO DE 2020.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. DISPONÍVEL EM:
<[HTTPS://CORONAVIRUS.SAUDE.GOV.BR/SOBRE-A-DOENCA#COMO-SE-PROTEGER](https://coronavirus.saude.gov.br/sobre-a-doenca#como-se-proteger)>.
ACESSADO EM: 05 DE MAIO DE 2020.



SAÚDE MENTAL E
QUALIDADE DE VIDA

