

Partilhe Artigo

X



O novo Coronavírus – Como cuidar do seu bebê

Caso tenha um bebê, é normal que esteja preocupado/a sobre como este pode ser afetado pela nova infeção denominada COVID-19.

<https://www.nestlebebe.pt/0-4-meses/artigo/coronavirus-cuidar-do-bebe> ^[1]

[2] [3] [4]



O novo Coronavírus – Como cuidar do seu bebê

Caso tenha um bebê, é normal que esteja preocupado/a sobre como este pode ser afetado pela nova infecção denominada COVID-19.

Segunda, 30 de Março de 2020

- ^[5]
- [Imprimir](#) ^[1]
- [Partilhar](#)

A boa notícia é que, de acordo com os factos de que dispomos até à data, os bebés quase nunca sofrem de uma doença grave na sequência de uma infecção por coronavírus. Além disso, se estiverem infetados, podem nem ter sintomas.

No entanto, o novo coronavírus pode afetar os bebés de outras formas devido à situação generalizada causada por esta epidemia – seja por problemas relacionados com o acesso a assistência médica ou a determinados produtos de consumo, o encerramento de creches ou o facto de não poderem dispor do seu cuidador habitual. É importante termos estas situações em conta e estarmos preparados.

Estas são algumas recomendações que podem ajudar a que o seu bebê se mantenha saudável e não necessite de cuidados médicos. Ao proteger o seu bebê, estará igualmente a proteger as pessoas que o rodeiam e que podem ser mais vulneráveis ou ter maior risco de apresentar complicações decorrentes desta infecção.

Manter uma boa higiene é muito importante

Para além de manter as medidas habituais de higiene pessoal, é fundamental seguir as recomendações das autoridades sanitárias: lavar frequentemente as mãos com sabão; lavar sempre as mãos antes de pegar no seu bebê; evitar o contacto próximo com outras pessoas, na medida do possível; proteger-se com o cotovelo dobrado quando tossir ou espirrar; e evitar sempre tocar nos olhos, nariz e boca, uma vez que o vírus entra no nosso organismo através das mucosas destas zonas. Lavar bem a cara antes de pegar no seu bebê também é uma boa medida.

Como bem sabemos, os bebés não deixam de pôr as mãos na boca. Para protegê-los de qualquer infecção, devemos lavar-lhes bem a cara e as mãos e limpar, com frequência, as superfícies e os objetos em que podem tocar.

Assegure-se de que as vacinas estão em dia

As medidas de vacinação que se praticam atualmente, são o método mais seguro e eficaz de

que dispomos para proteger os bebés e as crianças de outras doenças causadas por vírus e bactérias.

Ao manter o calendário de vacinação dos seus filhos em dia, seguindo os conselhos do seu pediatra, está a protegê-los e a minimizar a possibilidade de necessitarem de cuidados médicos numa situação em que o sistema de saúde tem outras prioridades.

Se estiver a amamentar (aleitamento materno)

O leite materno contém ingredientes muito importantes que ajudam o seu bebé a prevenir e lutar contra as infeções.

A recomendação, sempre que possível, é de alimentar os bebés exclusivamente com leite materno até aos seis meses e, a partir dessa idade, continuar a fazê-lo juntamente com outras formas de alimentação. Em bebés com menos de seis meses, o aleitamento materno reduz a necessidade de tratamento médico e de hospitalização.

Caso o seu bebé tenha mais de seis meses e continue a amamentá-lo, o aleitamento materno ajudará a protegê-lo de outras doenças até que tenha passado esta pandemia causada pelo novo coronavírus.

Caso utilize leite em pó infantil

Deve ter especial cuidado ao preparar os biberões para o seu bebé. Antes de preparar o biberão, lave muito bem as mãos com sabão e, após cada utilização, lave cuidadosamente o biberão e esterilize-o. Prepare o leite em pó com água quente, tendo o cuidado de o deixar arrefecer e verificando que não está demasiado quente antes de o dar ao seu bebé.

Assegure-se de que tem os artigos necessários para o bebé

Recomendamos que tenha em casa as provisões necessárias de uso diário para o cuidado do seu bebé durante duas ou três semanas (por exemplo, fraldas).

Caso esteja a dar ao seu bebé leite em pó, assegure-se de que compra uma quantidade suficiente de leite para três semanas, verificando sempre a data de validade do produto.

O que acontece se a mãe for contagiada pelo novo coronavírus?

As mães têm maior risco de adoecer com COVID-19 do que os seus bebés. Caso tenha sintomas como febre, tosse ou dificuldade em respirar, contacte o Sistema Nacional de Saúde e siga as instruções que lhe forem dadas.

O principal motivo pelo qual a UNICEF recomenda continuar com o aleitamento materno nos casos em que a mãe estiver infetada – aplicando sempre as medidas preventivas necessárias – é por ter em conta os benefícios do leite materno e, também, devido ao facto de o leite materno não aparentar ter um papel importante na transmissão de outros vírus respiratórios.

Estas são as medidas a pôr em prática para prevenir que contágie o seu bebé: usar uma máscara de proteção sempre que estiver com o bebé, inclusive durante a amamentação; lavar bem as mãos com sabão antes e depois de estar com o bebé; e, por fim, limpar e desinfetar as superfícies e os objetos que estejam em contacto com o bebé, incluindo os

utensílios de alimentação (biberões, colheres, pratos, etc.).

Se, por motivos de saúde, a mãe não puder tomar conta do bebé, a UNICEF recomenda a extração de leite e seguir as mesmas recomendações para prevenir a infeção: lavar bem as mãos antes e depois da extração do leite e lavar muito bem os diferentes elementos do extrator de leite.

Por exemplo, em caso de infeção pelo vírus respiratório da gripe, o Centro de Controlo e Prevenção de Doenças (CDC) dos Estados Unidos recomenda a continuação do aleitamento materno ou a extração do leite, mantendo sempre as medidas preventivas necessárias. Não faz nenhuma recomendação específica (não se pronuncia) sobre como atuar face a outros vírus respiratórios da mesma família do novo coronavírus, tais como o SARS-CoV e o MERS-CoV.

No caso da COVID-19, tanto o CDC como a UNICEF consideram que o leite materno é a melhor forma de nutrição para os bebés. No entanto, como ainda desconhecemos muitos aspetos desta infeção, recomendam que a mãe tome a decisão de continuar ou não com o aleitamento materno em coordenação com a família e o pessoal de saúde. Em qualquer dos casos, recomendam que continue a tomar as medidas de prevenção anteriormente indicadas.

Como cuidar dos mais velhos para que não fiquem infetados

É muito importante proteger os mais velhos face a esta infeção, uma vez que está demonstrado que as pessoas acima dos 60 anos apresentam maior risco de complicações graves e de mortalidade pelo novo coronavírus.

Os bebés e as crianças podem estar infetados e não apresentarem sintomas, o que não os impede de contagiarem, muito facilmente, os seus avós ou cuidadores mais idosos. Por esta razão, é importante mantê-los separados.

Ponha em prática estas recomendações para que se mantenha seguro/a e para que o seu bebé e os que o rodeiam também se mantenham seguros. Recorde-se de que está nas suas mãos proporcionar-lhes os melhores cuidados.

Há que ter em consideração que o primeiro caso desta nova infeção por coronavírus foi identificado em dezembro de 2019. Apesar de a comunidade científica ter reagido de forma muito rápida, pondo em marcha diversas investigações clínicas e epidemiológicas, são poucos os meses decorridos desde o início desta nova infeção. Em conclusão, os dados que nos fornecem evidências científicas sobre a forma como se comporta este novo vírus são ainda limitados

Fontes utilizadas na preparação deste artigo: <https://www.sciencealert.com/here-s-what-parents-with-babies-should-know...> [6]

Última revisão da página: 16 de março de 2020

<https://www.sciencealert.com/here-s-what-parents-with-babies-should-know-about-the-new-coronavirus> [7]

Última revisão da página: 16 de março de 2020

<https://www.unicef.org/stories/novel-coronavirus-outbreak-what-parents-should-know> [7]

Center for Disease Control (CDC) – National Center for Immunization and Respiratory Diseases (NCIRD), Division of Viral Diseases. Última revisão da página: 14 de março de 2020

[Ler mais](#) [8]

URL de origem: <https://www.nestlebebe.pt/0-4-meses/artigo/coronavirus-cuidar-do-bebe>

Ligações

[1] <https://www.nestlebebe.pt/0-4-meses/artigo/coronavirus-cuidar-do-bebe>

[2] [https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.nestlebebe.pt/0-4-meses/artigo/coronavirus-cuidar-do-bebe&media=https://www.nestlebebe.pt/sites/default/files/styles/thumbnail/public/field/image/725x418_0.png&description=novo Coronavírus – Como cuidar do seu bebê](https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.nestlebebe.pt/0-4-meses/artigo/coronavirus-cuidar-do-bebe&media=https://www.nestlebebe.pt/sites/default/files/styles/thumbnail/public/field/image/725x418_0.png&description=novo%20Coronav%C3%ADrus%20-%20Como%20cuidar%20do%20seu%20beb%C3%A9)

[3] <https://twitter.com/sharer?text=O%20novo%20Coronav%C3%ADrus%20-%20E2%80%93%20Como%20cuidar%20do%20seu%20beb%C3%A9>

[4] <https://www.facebook.com/sharer/sharer.php?u=https://www.nestlebebe.pt/0-4-meses/artigo/coronavirus-cuidar-do-bebe>

[5] <https://www.nestlebebe.pt/printpdf/459842>

[6] <https://www.sciencealert.com/here-s-what-parents-with-babies-should-know-about-the-new-coronavirus>

[7] <https://www.unicef.org/stories/novel-coronavirus-outbreak-what-parents-should-know>

[8] <https://www.nestlebebe.pt/javascript%3A%3B>