

SĂNĂTOS LA PIEPTUL MAMEI

Alăptarea și bolile infecțioase — ce e bine să știi —

Laptele matern este cea mai bună hrană pentru bebeluș. Organizația Mondială a Sănătății recomandă alăptarea exclusivă până la vârsta de 6 luni și continuarea ei în paralel cu diversificarea alimentației bebelușului, până la vârsta de doi ani.

Totuși, sunt situații când mama suferă de o boală infecțioasă, în care alăptarea este contraindicată. Nu poți alăpta dacă:



- ai o infecție TBC activă;
- suferi de o infecție cu virus herpes simplex cu leziuni active la nivelul sânului;
- ai hepatită virală B (VHB) cu viremie prezentă.



Dacă mama este răcită sau are probleme stomacale, are gripă sau dureri dentare, va continua să alăpteze, urmând să ceară sfatul medicului specialist cu privire la tratamentul indicat.

Când mama este seropozitivă (HIV)

Organizația Mondială a Sănătății recomandă ca mamele seropozitive să evite total alăptarea dacă există o alternativă care să fie sigură și accesibilă. În lipsa accesului la substitute de lapte matern, se recomandă alăptarea exclusivă până la 6 luni concomitent cu urmarea tratamentului cu medicamente antiretrovirale, conform recomandărilor medicului curant. În acest mod riscul infecției cu HIV este redus semnificativ, iar copilul beneficiază de toate efectele pozitive ale laptelui matern.

Conform UNICEF, reducerea riscului de transmitere a virusului HIV prin alăptare s-ar putea face prin:

- reducerea duratei de alăptare;
- alăptarea exclusivă în primele luni de viață, concomitent cu continuarea tratamentului antiretroviral;
- prevenția și tratarea problemelor ce pot apărea la nivelul sânilor (de ex.: ragade, mastita etc.);
- tratamentul rapid al rănilor ce pot apărea la nivelul gurii bebelușului, care pot permite mai ușor intrarea virusului în organismul lui.

Cum îl protejează laptele matern

Laptele matern îi protejează pe bebeluși de infecții în perioada în care propriul lor sistem imunitar este imatur. Laptele matern conține celulele imunitare, anticorpi și un mix de proteine cu puternice proprietăți antibacteriene și antivirale. Bebelușii alăptați primesc astfel imunitate pasivă de la mamă, prin intermediul laptelui matern. În special colostrul, produs în primele zile după naștere, este bogat în anticorpi și alți factori imunomodulatori.



COVID-19 și alăptarea

Organizația Mondială a Sănătății recomandă ca mamele suspecte de sau confirmate cu COVID-19 să inițieze sau să continue alăptarea, după caz, cu respectarea unor măsuri de siguranță și igienă (purtarea unei măști, spălarea pe mâini înainte și după ce au contact cu nou-născutul și dezinfectarea suprafețelor pe care le-au atins), întrucât beneficiile laptelui matern pentru bebeluș depășesc cu mult riscul transmiterii infecției.



- **Spală-te bine pe mâini** înainte de a atinge bebelușul, pompa de sân sau obiecte cu care bebelușul intră în contact.



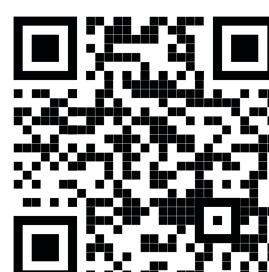
- **Poartă o mască chirurgicală** în timp ce alăptezi și îngrijești bebelușul.



- **Evită să tusești sau să strănuți** în preajma bebelușului.



- **NU pune mască bebelușului** (există risc de sufocare)!



www.sanatoslapieptulmamei.ro

Pentru orice informații legate de alăptarea și hrănirea bebelușului sună la 0786 176 949.

Material realizat în cadrul programului Sănătos la pieptul mamei - derulat de Asociația SAMAS și UNICEF România.