

RECALL DE LA INFORMACIÓ SOBRE L'ALLETAMENT MATERN EN
SITUACIÓ DE PANDÈMIA PER COVID-19

Atenció a la Salut Sexual i Reproductiva

—abril de 2020—

ÍNDEX

1. Antecedents	2
2. Objectiu.....	2
3. Transmissió del SARS-CoV-2	2
4. Recull de recomanacions d'organismes oficials i/o internacionals	3
5. Recomanacions pròpies pels ASSIR de Catalunya en relació a la lactància materna i la COVID-19	5
6. Lactància en situació d'emergència sanitària	7
7. Riscos relacionats amb la no lactància directa*	8
8. Recursos de suport a la lactància materna.....	8
9. Bibliografia	11

1. Antecedents

L'actual situació epidemiològica fa necessària la revisió de les recomanacions per a les persones que alleten en situació d'investigació, probables o confirmades per infecció de coronavirus SARS-CoV-2 a Catalunya.

2. Objectiu

En aquest document s'estableixen les recomanacions per a les persones que alleten en situació d'investigació, probables o confirmades per infecció COVID-19.

3. Transmissió del SARS-CoV-2

Hi ha un gran desconeixement de la propagació de la COVID-19. Es creu que la transmissió de persona a persona es produeix principalment a través de gotes respiratòries produïdes quan una persona infectada tus o esternuda, com en la grip i altres patògens respiratoris¹.

Respecte a la transmissió vertical (transmissió de la mare al nadó en forma prenatal o intrapart), les proves publicades fins al moment suggereixen que la transmissió vertical és probable, tot i que encara no s'ha determinat la proporció d'embarassos afectats ni les conseqüències per al nounat. Les sèries de casos publicats de la Xina suggerien que no hi havia proves concloents i el líquid amniòtic, la sang del cordó umbilical, les mostres faríngies dels nounats, les mostres de placenta, el flux vaginal i les mostres de llet materna de les mares infectades amb la COVID-19 han donat fins ara resultats negatius per al virus. Un article publicat el dijous 26 de març de 2020 descriu una única parella mare-nadó en la qual la mare era COVID-19 positiva, el nadó tenia IgM SARS-COV-2 en sang en néixer. Atès que la IgM no traspasa la barrera placentària, és probable que representi una resposta immunitària neonatal a una infecció uterina.²

En relació a la transmissió del SARS-CoV-2 a través de la llet materna, no se n'ha detectat en la llet materna de mares positives en COVID-19.³

En investigacions limitades sobre dones amb la COVID-19 i en la Síndrome Respiratòria Aguda Severa (SARS-CoV), no s'han detectat els virus en la llet materna; tot i així, no sabem si les mares amb la COVID-19 poden transmetre el virus a través de la seva llet.¹

¹ ABM STATEMENT ON CORONAVIRUS 2019 (COVID-19) <https://www.bfmed.org/abm-statement-coronavirus>

² Version 5: updated Saturday 28 March 2020. Guidance for healthcare professionals on coronavirus (COVID-19) infection in pregnancy, published by the RCOG, Royal College of Midwives, Royal College of Paediatrics and Child Health, Public Health England and Health Protection Scotland. Consultat el dia 02/04/2020 <https://www.rcog.org.uk/globalassets/documents/guidelines/2020-03-28-covid19-pregnancy-guidance.pdf>

³ World Health Organization. Clinical management of severe acute respiratory infection (SARI) when COVID-19 disease is suspected Interim guidance 13 March 2020

4. Recull de recomanacions d'organismes oficials i/o internacionals (a data de 2 d'abril de 2020)

Interim Guidance on Breastfeeding for a Mother Confirmed or Under Investigation For COVID-19 Centers of Disease Control and Prevention (17/03/2020)

És la mare, conjuntament amb la seva família i els professionals de la salut, qui ha de decidir si vol començar o continuar la lactància materna i com ho ha de fer. Una persona en situació d'investigació, probable o confirmada per la COVID-19 que presenti simptomatologia, ha de prendre totes les precaucions possibles per evitar la propagació del virus al nadó, incloent el rentat de mans abans de tocar el nadó i usar una mascareta facial, si és possible, mentre alleta. Si s'extreu la llet materna amb un extractor de llet manual o elèctric, la mare ha de rentar-se les mans abans de tocar qualsevol part de l'extractor o del sistema de suplementació i seguir les recomanacions de neteja de l'extractor després de cada ús. Si és possible, caldria considerar la possibilitat que la persona que alimenti al nadó amb la llet extreta estigui sana⁴.

Guia d'actuació enfront de casos d'infecció pel nou coronavirus SARS-CoV-2 en dones embarassades i nadons, Document operatiu de la Generalitat de Catalunya⁵

Documento técnico del Ministerio de Sanidad: Manejo de la mujer embarazada y el recién nacido con COVID-19 Versión de 17 de marzo de 2020⁶

És important insistir que la lactància materna atorga molts beneficis, com el potencial pas d'anticossos mare-nadó enfront del SARS-CoV-2, per això, i davant l'evidència actual, es recomana el manteniment de la lactància materna des del naixement, sempre que les condicions clíniques del nadó i la seva mare així ho permetin. En casos de mares amb malaltia greu es pot recórrer a l'extracció de la llet.

⁴ Interim Guidance on Breastfeeding for a Mother Confirmed or Under Investigation For COVID-19 Centers of Disease Control and Prevention, Consultat el 02/04/2020 <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/need-extra-precautions/pregnancy-breastfeeding.html>

⁵ Guia d'actuació enfront de casos d'infecció pel nou coronavirus SARS-CoV-2 en dones embarassades i nadons. Document operatiu de la Generalitat de Catalunya. Consultat el dia 02/03/2020 <https://canalsalut.gencat.cat/web/.content/A-Z/C/coronavirus-2019-ncov/material-divulgatiu/guia-actuacio-embarassades.pdf>

⁶ Documento técnico del Ministerio de Sanidad Manejo de la mujer embarazada y el recién nacido con COVID-19 Versión de 17 de marzo de 2020. Consultat el dia 02/04/2020 https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/Documento_manejo_embarazo_recien_nacido.pdf

RCOG, Royal College of Midwives, Royal College of Paediatrics and Child Health, Public Health England and Health Protection Scotland (28/03/2020)

El principal risc de la lactància materna per als lactants és el contacte íntim amb la mare, que probablement, compartirà amb la seva criatura les “gotes infeccioses”. Pel que ens diuen les proves actuals, podem advertir que els beneficis de la lactància materna superen qualsevol risc potencial de transmissió del virus a través de la llet materna. Els riscos i beneficis de la lactància materna, incloent el risc de sostenir el nadó amb una proximitat estreta amb la mare o amb una altra persona encarregada de la seva cura, en cas que estiguin infectats, cal parlar-ho amb la família. Aquesta recomanació pot canviar a mesura que evolucionin els esdeveniments. S’han de prendre les següents precaucions per limitar la propagació del virus al nadó:

- Rentar-se les mans abans de tocar al nadó, tirallets o sistemes de suplementació
- Evitar tossir o esternudar sobre el nadó durant la seva alimentació
- Considerar la possibilitat d'utilitzar una mascareta, si està disponible, durant l'alimentació o la cura del nadó
- Quan s'utilitzi un extractor de llet materna, seguir les recomanacions per a la neteja de l'extractor després de cada ús
- Considerar de demanar a algú sa que alimenti el nadó

En el cas que el nadó s'alimenti amb biberó de llet de fórmula o extreta, es recomana seguir estrictament les pautes d'esterilització.⁷

OMS Breastfeeding advice during the COVID-19 outbreak

La lactància materna protegeix als nounats de les malalties i també ajuda a protegir-los durant els seus primers anys de vida. La lactància materna és particularment eficaç contra les malalties infeccioses perquè reforça el sistema immunològic mitjançant la transferència directa d'anticossos de la mare. Com en tots els casos confirmats o sospitosos de COVID-19, les mares amb qualsevol símptoma que estiguin alletant o practicant el contacte pell a pell han de prendre precaucions.⁸

Mesures aplicables a les mares lactants:

Segueixi les pràctiques de prevenció de malalties respiratòries, també durant l'alimentació del nadó. Si té símptomes respiratoris com la falta d'aire, usi una mascareta facial quan estigui prop del seu fill.

⁷ Version 5: updated Saturday 28 March 2020. Guidance for healthcare professionals on coronavirus (COVID-19) infection in pregnancy, published by the RCOG, Royal College of Midwives, Royal College of Paediatrics and Child Health, Public Health England and Health Protection Scotland. Consultat el dia 02/04/2020
<https://www.rcog.org.uk/globalassets/documents/guidelines/2020-03-28-covid19-pregnancy-guidance.pdf>

⁸ OMS Breastfeeding advice during the COVID-19 outbreak. Consultat el 02/04/2020
<http://www.emro.who.int/nutrition/nutrition-in-focus/breastfeeding-advice-during-covid-19-outbreak.html>

Renti's bé les mans amb sabó o desinfectant abans i després del contacte amb el seu fill.

Netegi i desinfecti rutinàriament qualsevol superfície que toqui.

Si està greument malalta amb la COVID-19 o pateix altres complicacions que li impedeixen cuidar al seu fill o continuar amb la lactància materna directa, pot extreure's la llet per proporcionar-se-la de manera segura al seu fill.

5. Recomanacions pròpies pels ASSIR de Catalunya en relació a la lactància materna i la COVID-19

Per a la disminució de la transmissió de la COVID-19 en mares lactants

- Mare sana

Revisar les mesures de prevenció poblacionals dictades pels organismes oficials <https://web.gencat.cat/ca/coronavirus/>, entre ells:

- Confinament domiciliari a excepció de serveis essencials
- Distància social de seguretat
- Higiene freqüent de mans
- Higiene respiratòria (tossir o esternudar al colze, utilitzar mocadors d'un sol ús)
- Fer un ús responsable dels serveis de salut

- Mare en estudi, probable o infectada de la COVID-19

Revisar les mesures de prevenció poblacionals específiques per persones en estudi, probable o infectades per la COVID-19 dictades pels organismes oficials <https://web.gencat.cat/ca/coronavirus/>, a més de:

- Aïllament domiciliari i familiar del binomi mare-nadó durant tota la malaltia, afegint-hi els 14 dies posteriors a la desaparició de símptomes. Les persones que hagin estat en contacte amb la mare prèviament, hauran d'estar 14 dies en confinament.
- Si les condicions de salut de la mare ho permeten, seguir amb la lactància materna utilitzant les mesures recomanades de prevenció de la transmissió de la COVID-19 segons els organismes oficials, tenint especial cura en la higiene de mans per a la manipulació del pit.
- Per als casos de mares lactants fora del període postnatal immediat i que s'infectin o hi hagi sospita d'infecció pel SARS-CoV-2 es recomana extremar les mesures d'aïllament (higiene de mans i mascareta facial) i continuar alletant al nadó o bé es pot fer una extracció de la llet prenent les màximes precaucions d'aïllament (higiene de mans i mascareta) i que

aquesta sigui administrada al nadó per un cuidador sa. No cal pasteuritzar la llet extreta abans d'administrar-la al nadó. La decisió final sobre la mena d'alimentació del nadó haurà de consensuar-se entre la dona i l'equip tractant, sobre la base dels coneixements científics de cada moment i l'estat de salut de la mare i el nadó.⁹

Per al foment de la lactància materna i el vincle mare-nadó

- Accés a informació:
 - S'oferirà informació sobre els beneficis i la normalitat sobre l'alletament durant l'embaràs
 - S'oferiran fonts i recursos online i bibliogràfics per tal que conegui la normalitat en la lactància materna i els circuits d'atenció si apareixen dificultats.

- Accés a l'atenció
 - Creació de circuits d'atenció en el postpart, que inclogui la lactància materna, tant presencials com telemàtics.
 - S'oferirà informació d'aquests circuits i sobre com accedir-hi.
 - Els problemes en la lactància materna s'atendran de manera preferent.

- Promoció de la xarxa entre dones (idealment telemàtica)
 - Des dels ASSIR es promouran espais telemàtics de relació entre mares de la mateixa zona.

Per tal de disminuir la morbiditat materno-infantil en situació de pandèmia per COVID-19

En situació de confinament i l'estat d'alarma, ens trobem amb mares en risc augmentat de presentar problemes de salut física i mental en el postpart.

- Promoció d'hàbits saludables i de la fisiologia en el postpart
- Promoció dels signes d'alarma i de normalitat per tal d'afavorir una atenció precoç
- Promoció dels circuits d'atenció en el postpart i la lactància

⁹ Guia d'actuació enfront de casos d'infecció pel nou coronavirus SARS-CoV-2 en dones embarassades i nadons. Document operatiu de la Generalitat de Catalunya. Consultat el dia 02/03/2020
https://canalsalut.gencat.cat/web/.content/_A-Z/C/coronavirus-2019-ncov/material-divulgatiu/guia-actuacio-embarassades.pdf

6. Lactància en situació d'emergència sanitària

Alimentació del lactant i del nen petit en situacions d'emergència, incloent COVID-19*

*Extracte dels documents de l'OMS sobre alletament

Dades clau sobre la lactància materna i situacions d'emergència

Les emergències solen succeir de manera inesperada i a vegades quan estem menys preparats. Poden incloure una àmplia gamma d'esdeveniments com emergències de salut pública, actes de terror i violència, i desastres naturals o esdeveniments relacionats amb el clima (com inundacions). Les investigacions demostren que els lactants i els nens són els més vulnerables durant les emergències.

- La lactància materna salva vides. La llet humana sempre està neta, no requereix combustible, aigua o electricitat, i està disponible, fins i tot en les circumstàncies més adverses.
- La llet humana conté anticossos que combaten les infeccions, incloent la diarrea i les infeccions respiratòries comunes entre els nadons en situacions d'emergència.
- La llet humana proporciona als nadons una nutrició perfecta, incloent la quantitat adequada de vitamines i minerals necessaris per a un creixement normal.
- La lactància allibera hormones que redueixen l'estrès i l'ansietat tant en els nadons com en les mares.

Les mares poden alletar en una emergència

- L'aliment més segur en una emergència és la llet de la pròpia mare. La llet humana de les donants és la segona millor opció. Les mares que no poden alimentar directament als seus nadons també poden ser animades a extreure's llet.
- Les dones que estan estressades poden continuar produint llet. Un espai tranquil que ajudi les mares a relaxar-se pot ajudar al fet que la seva llet flueixi cap al nadó.
- Fins i tot les mares que ja han deixat d'alletar poden tornar a fer-ho (procés conegut com a relactació).
- Si un nadó (o una mare) emmalalteix, el millor que pot fer la mare és continuar alletant per tal de proporcionar al seu nadó els anticossos humans que combaten la malaltia.
- El suport fa la diferència.

7. Riscos relacionats amb la no lactància directa*

*Basat en les recomanacions de la UNICEF en relació a la COVID-19

Considerant els beneficis de l'alletament i el paper insignificant de la llet materna en la transmissió d'altres virus respiratoris, la mare pot continuar alletant, sempre i quan apliqui totes les precaucions necessàries. L'extracció de llet o la llet de banc són una alternativa millor que la llet de fórmula quan no és possible l'alletament directe. És important mantenir una estricta higiene en la manipulació de l'equip d'extracció i de la llet materna extreta. Abans de suspendre la lactància directa o allargar en el temps la suspensió cal valorar els riscos implicats:

- La concentració de diversos factors immunitaris presents en la llet materna extreta poden ser menors en comparació a la concentració proporcionada per la llet materna quan un infant s'alimenta directament del pit.
- Algunes dones es troben que obtenen menys llet amb l'extracció que amb la lactància directa, aleshores reduirà la seva producció.
- Estrès emocional per a l'infant. La lactància és més que aliment pels nadons. També els hi proporciona seguretat i calor.
- Possible rebuig del pit per part del nadó quan es provi de reiniciar la lactància, a causa que el nadó pugui preferir alimentar-se amb biberó.

8. Recursos de suport a la lactància materna

PUBLICACIONS RELACIONADES AMB LA COVID DIRIGIDES A LES FAMÍLIES

- Díptic Seneo https://www.seneo.es/images/site/noticias/home/DIPTICO_COVID19_.pdf
- Informació a gestants de la Generalitat de Catalunya, Departament de Salut. <https://canalsalut.gencat.cat/web/.content/A-Z/C/coronavirus-2019-ncov/material-divulgatiu/informacio-embarassades-families.pdf>
- Infografia IHAN per a famílies https://www.ihan.es/wp-content/uploads/IHAN-INFORMACI%C3%93N-PARA-FAMILIAS-COVID19_v2.pdf
- Infografies de l'OMS sobre alletament (I) <http://www.emro.who.int/noncommunicable-diseases/campaigns/breastfeeding-advice-during-the-covid-19-outbreak.html>
- Infografies de l'OMS sobre alletament (II) http://www.emro.who.int/images/stories/nutrition/documents/flyer_en_breastfeeding_advice_during_covid_19.pdf?ua=1

Salut/Institut Català de la Salut

- Infografies de l'OMS sobre alletament (III)
<https://www.who.int/reproductivehealth/publications/emergencies/COVID-19-pregnancy-ipc-breastfeeding-infographics/en/>
- Targeta amb informació per a persones sanitàries:
<https://www.smandaluz.com/uploads/documentos/bebf766e3209dbabb5742ae907682e99.pdf>

GUIES

Guía para las madres que amamantan

https://www.aeped.es/sites/default/files/gpc_560_lactancia_osteba_paciente.pdf

Recomanacions per a l'alimentació en la primera infància (de 0 a 3 anys)

https://scientiasalut.gencat.cat/bitstream/handle/11351/2213/recomanacions_alimentacio_primera_infancia_2016.pdf?sequence=1

WEBS

www.e-lactancia.org

www.albalactanciamaterna.org

APPS

Lactamás

LactApp

Lactancia Materna AEPED

LLIBRES

Somos la leche (Alba Padró)

Un regalo per a tota la vida (Carlos González)

Mamá come sano (Julio Basulto)

El poder de las caricias (Adolfo Gómez-Papí)

PUBLICACIONS DIRIGIDES A SANITÀRIES

- Guia d'actuació enfront de casos d'infecció pel nou coronavirus SARS-CoV-2 en dones embarassades i nadons. Document operatiu de la Generalitat de Catalunya. <https://canalsalut.gencat.cat/web/.content/A-Z/C/coronavirus-2019-ncov/material-divulgatiu/guia-actuacio-embarassades.pdf>
- Documento técnico del Ministerio de Sanitat Manejo de la mujer embarazada y el recién nacido con COVID-19 Versión de 17 de marzo de 2020 https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/Documento_manejo_embarazo_recien_nacido.pdf
- SENEIO. Recomendaciones para el manejo del recién nacido en relación con la infección por SARS-CoV-2. https://www.seneio.es/images/site/noticias/home/Recomendaciones_SENeo_SARS-CoV-2Version_50.pdf
- IHAN. Nacimiento y Lactancia materna ante la pandemia de Coronavirus COVID-19 Recomendaciones IHAN para profesionales ante la pandemia por SARSCoV-2 (v2. 02/04/2020) https://www.ihan.es/wp-content/uploads/SARS-CoV-2_y_LM-RECOMENDACIONES-IHAN-v02_04_2020FP-.pdf
- AELAMA. MANEJO DEL RIESGO DE CONTAGIO POR CORONAVIRUS EN MADRES Y RECIÉN NACIDOS <http://aelama.org/wp-content/uploads/2020/03/Lactancia-y-coronavirus-2020.pdf>
- WHO. Clinical management of severe acute respiratory infection (SARI) when COVID-19 disease is suspected Interim guidance [https://www.who.int/publications-detail/clinical-management-of-severe-acute-respiratory-infection-when-novel-coronavirus-\(ncov\)-infection-is-suspected](https://www.who.int/publications-detail/clinical-management-of-severe-acute-respiratory-infection-when-novel-coronavirus-(ncov)-infection-is-suspected)

9. Bibliografia

- ABM STATEMENT ON CORONAVIRUS 2019 (COVID-19), Consultat el dia 02/04/2020 <https://www.bfmed.org/abm-statement-coronavirus>
- World Health Organization. Clinical management of severe acute respiratory infection (SARI) when COVID-19 disease is suspected Interim guidance 13 March 2020
- Interim Guidance on Breastfeeding for a Mother Confirmed or Under Investigation For COVID-19 Centers of Disease Control and Prevention, Consultat el 02/04/2020 <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/need-extra-precautions/pregnancy-breastfeeding.html>
- OMS Breastfeeding advice during the COVID-19 outbreak Consultat el 02/04/2020 <http://www.emro.who.int/nutrition/nutrition-infocus/breastfeeding-advice-during-covid-19-outbreak.html>
- Version 5: updated Saturday 28 March 2020. Guidance for healthcare professionals on coronavirus (COVID-19) infection in pregnancy, published by the RCOG, Royal College of Midwives, Royal College of Paediatrics and Child Health, Public Health England and Health Protection Scotland. Consultat el dia 02/04/2020 <https://www.rcog.org.uk/globalassets/documents/guidelines/2020-03-28-covid19-pregnancy-guidance.pdf>
- Documento técnico del Ministerio de Sanitat Manejo de la mujer embarazada y el recién nacido con COVID-19 Versión de 17 de marzo de 2020. Consultat el dia 02/04/2020 https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/Documento_manejo_embarazo_recien_nacido.pdf
- Guia d'actuació enfront de casos d'infecció pel nou coronavirus SARS-CoV-2 en dones embarassades i nadons. Document operatiu de la Generalitat de Catalunya. Consultat el dia 02/03/2020 <https://canalsalut.gencat.cat/web/.content/A-Z/C/coronavirus-2019-ncov/material-divulgatiu/guia-actuacio-embarassades.pdf>
- Infant and Young Child Feeding in Emergencies, including COVID-19, Page updated March 27, 2020. Consultat el dia 02/04/2020: <http://www.usbreastfeeding.org/emergencies>
- Australian Breastfeeding Association. Breastfeeding management FACT SHEET for health professionals. Versió 26/03/2020. Consultat el 02/04/2020: <https://abaprofessional.asn.au/download/covid-19/>