

FUNDACIÓ SALUT EMPORDÀ

Donar el pit, malgrat el coronavirus

► No hi ha evidència científica del contagi de la Covid-19 entre mare i nadó a través de la llet materna. En canvi, sí que se sap que la lactància reforça el sistema immunològic de la criatura

REDACCIÓ FIGUERES

■ A hores d'ara, tothom coneix les bondats de donar el pit tant per al nadó com per a la mare. Tanmateix, en el moment inicial de la pandèmia del coronavirus van sorgir algunes veus que recomanaven a les mares no alletar les criatures per evitar la transmissió del virus de la Covid-19.

Ràpidament, tant l'OMS com els professionals i associacions van afanyar-se a desmentir-ho, en considerar que no hi ha evidència científica del contagi a través de la llet materna. Això sí, s'ha de fer respectant les mesures d'higiene i protecció adequades: ús de mascareta, higiene de mans i desinfectat de les superfícies i dels estris que fa servir la mare. No cal que es netegi el pit cada vegada si porta la mascareta correctament.

Encara que no es pot afirmar que els anticossos de la mare passen al nadó a través de la llet i que això el protegeix de la Covid-19, sí que se sap que passa amb altres infeccions, com la tos ferina. És per això que si el nadó té la Covid-19, és important continuar donant-li el pit, perquè la lactància reforça el seu sistema immunològic. I si és la mare la que té el coronavirus i no es troba bé per alletar la criatura, sempre es pot extreure la llet amb un succionador i que algú altre li doni al nadó amb un biberó.

«Tota dona està preparada per donar el pit independentment de la grandària o forma dels seus pits», explica Maria Martínez, cap de les llevadores de la Fundació Salut Empordà (FSE). Martínez diu que «és important que les mares busquin suport per compartir dificultats, experiències, dubtes... tenen a la seva disposició molts professionals: llevadores, infermeres, consultors certificats en lactància, metges o grups de suport a l'alimentació matern. De vegades hi ha lactàncies que es perden per no tenir el suport adequat». I puntualitza que «cal tenir molt present que la dona té dret a decidir el tipus d'alimentació que vol oferir a la criatura, en funció de les seves circumstàncies. La decisió és de cada dona i, per tant, cal respectar-la».

La cap de llevadores de la Fundació Salut Empordà afegeix que «durant els sis primers mesos de vida seria bo que el nadó prengués exclusivament llet de la mare i, a partir d'aquí, complementar la lactància amb la incorporació d'altres aliments. El nadó ha d'iniciar l'alimentació matern dins de la primera hora del naixement, que és quan l'instint de succió és més intens». I conclou que «donar el pit és una feina d'equip. A la mare se l'ha de cuidar per tal que ella pugui cuidar el nadó».



Donar el pit afavoreix l'establiment del vincle amb el nadó.

Setmana Mundial de la Lactància Materna

► De l'1 al 7 d'agost s'ha celebrat la Setmana Mundial de la Lactància Materna, amb l'objectiu de protegir, promoure i donar suport a l'alimentació materna. La campanya d'enguany, amb el lema *Empoderem-nos. Fem possible la lactància*, se centra en la protecció social dels pares i les mares com a eina per facilitar l'alimentació. Unes normes socials equitatives pel que fa al gènere poden ajudar a garantir el dret de totes les dones a alletar els nadons, com ara llocs de treball que donin suport a la maternitat i la paternitat, o l'equilibri entre la feina remunerada i no remunerada. S'entén, així, la lactància materna com un treball en equip, ja que el suport de la parella, la família i l'entorn afavoreix que les dones puguin donar el pit.

ELS BENEFICIS

■ La lactància materna influeix de manera positiva tant en l'àmbit biològic com en l'emocional de la mare i el nadó. No és només un acte nutritiu, sinó que representa molt més: proporciona consol, tendresa, afecte i comunicació.

PER A LA MARE

- 1. Afavoreix l'establiment del vincle amb el nadó
- 2. Augmenta la seva capacitat de resposta i la porta a una millor adaptació de la maternitat, la qual cosa li dona con-

fiança i seguretat

- 3. Disminueix el sagnat postpart, el risc de tenir anèmia, osteoporosi i diversos càncers i contribueix a la recuperació de la silueta

PER AL LACTANT

- 1. La llet materna conté tots els nutrients que el nounat necessita durant els primers sis mesos de vida i es van reajustant amb el creixement del nadó
- 2. La llet materna és una substància viva que conté bacteris que no són perjudicials per al nadó

- 3. La llet materna posseeix anticossos contra moltes infeccions comunes i leucòcits que ajuden a lluitar contra les infeccions, porta lactoferrina, és un factor de creixement epitelial i inclou el factor bifid

- 4. Redueix el risc de patir al·lèrgies, la síndrome de la mort sobtada en l'infant, diabetis, obesitat i altres malalties cròniques

- 5. Afavoreix un creixement correcte de la mandíbula i un desenvolupament psicomotor més bo

- 6. Li aporta contacte, escalfor i amor

Treballem amb els municipis per reduir les desigualtats socioeconòmiques

Impulsem la teua salut

www.dipsalut.cat