Atualizado em 20 de maio de 2021

Como cuidar de um bebé ou uma criança se você tem a COVID-19

- Segundo as informações que temos, os bebés e as crianças não parecem ter um maior risco de contrair a COVID-19 do que os adultos.
- Os sintomas e complicações da COVID-19 parecem ser mais leves em bebés e crianças do que nos adultos, segundo os limitados relatórios que temos até hoje.
- O melhor meio de proteger o seu bebé ou a sua criança é tomar todas as precauções de autoisolamento e evitar expor o seu bebé ou a sua criança à COVID-19.
- Peça aos seus familiares que não estiverem doentes, se morarem na mesma casa, para ajudarem a cuidar do bebé ou da criança, sempre que possível.
- A(s) sua(s) criança(s) e todas as demais pessoas do seu agregado familiar que ficaram expostas a você também têm de ficar em isolamento.
- Fique atenta(o) a qualquer sintoma de COVID-19 na sua criança.
- Se a sua criança apresentar qualquer sintoma de COVID-19, leve-a um dos Centros de Avaliação para fazer o teste. Os diferentes Centros de Avaliação têm limites de idade diferentes, portanto confira antes de ir.
- Certifique-se que todos em casa estão a tomar as devidas precauções para evitarem ser expostos, incluindo lembrar-se de lavar as mãos e de evitar tocar no rosto.

Se você não puder se isolar da sua criança:

- Limite o tempo que passa junto ao seu bebé ou à sua criança.
- Não deixe de lavar as mãos com água e sabonete durante, pelo menos, 15 segundos antes de tocar no seu bebé ou na sua criança.
- Use a máscara de forma a cobrir seu nariz e sua boca, sempre que estiver perto do seu bebé ou da sua criança, e procure manter uma distância de pelo menos dois metros. As crianças de mais de dois anos também devem usar uma máscara que cubra a boca e o nariz quando estiverem perto de si.
- Se possível, mantenha a superfície onde seu bebé dorme a uma distância mínima de dois metros da sua face, e arranje para que o bebé durma em outro quarto, e não na mesma cama que você.
- Se você e sua criança usarem a mesma casa de banho, limpe sempre as superfícies frequentemente tocadas (bancadas, torneiras, puxadores, autoclismo) e baixe a tampa da sanita antes de puxar o autoclismo.
- Evite comer com a sua criança e, se possível, peça que outra pessoa prepares as refeições da criança.
- Limpe e desinfete todos as superfícies e objetos tocados com frequência em sua casa.

Se você for a única pessoa que cuida da sua criança, e se estiver doente demais para cuidar dela, procure um amigo ou parente de fora de casa que possa ficar com ela. Eles terão de ficar em isolamento durante 14 dias. Se você precisar de ajuda, ligue ao 211, por favor.

Alimentação dos bebés:

- Se você estiver a amamentar, não deixe de lavar as mãos com água e sabonete durante pelo menos 15 segundos antes de tocar no bebé, e use uma máscara enquanto estiver a amamentar.
- Se tomou a decisão esclarecida de alimentar seu bebé com leite artificial:
  - Peça a uma pessoa saudável que alimente o seu bebé, se possível.
  - Sempre lave as mãos e use a máscara durante o preparo do leite artificial e enquanto alimenta o bebé.
  - Esterilize biberões e equipamentos, e lave as mãos antes de mexer em biberões e equipamentos limpos.
  - Mantenha uma reserva de quatro semanas do leite artificial.
  - Se o seu bebé tiver menos de dois meses de idade, use o leite artificial concentrado líquido ou pronto a usar.
  - Não recomendamos o uso do leite artificial feito em casa por não ser suficientemente nutritivo. Aprenda a respeito de leite artificial para bebés.

Vacinas e infeção prévia com a COVID-19

- Mesmo as pessoas que já tiveram COVID-19 no passado devem tomar a vacina. A imunidade natural que a pessoa adquire quando adoece com a COVID-19 pode não durar muito tempo, e talvez não proteja contra as variantes da doença. É melhor tomar a vacina para continuar protegido.
- Quem estiver com sintomas de COVID-19, inclusive febre, não deve ir às clínicas de vacinação. Por favor, espere pelo menos 10 dias, até que saia do isolamento e que os seus sintomas desapareçam.

Mais informações

Posso amamentar se testei positivo à COVID-19?
Gravidez, parto e cuidados ao recém-nascido durante a COVID-19
Centros de Controlo de Doenças: Pais/mães e cuidadores doentes
Cuidados com uma criança que está em Isolamento ou que tem a COVID-19

Para mais informações sobre a COVID-19, visite o nosso website www.toronto.ca/COVID19 ou ligue para nós ao 416-338-7600.