

Key Phrases for Feeding Assessments and Support: English – Romanian

English	Romanian
How old is your baby?	Ce vârstă are copilul dumneavoastră?
0-2 months	0-2 luni
2-4 months	2-4 luni
4-6 months	4-6 luni
6-9 months	6-9 luni
9-12 months	9-12 luni
>12 months	luni 12<
How was your baby fed last week?	Cum a fost hrănit copilul dumneavoastră în ultima săptămână?
only breast milk	Doar la sân
breast milk and infant formula	La sân și cu lapte praf (formulă)
only infant formula	Doar cu lapte praf
How was your baby fed yesterday?	Cum a fost hrănit copilul dumneavoastră ieri?
If you are breastfeeding, do not stop. Continue to do so until your child is at least 2 years of age. This is the most reliable, cheapest, and safest way of feeding your child. Breastfeeding will protect your baby against infections.	Dacă hrăniți la sân, nu vă opriți. Continuați să faceți asta până copilul are cel puțin 2 ani. Aceasta este cea mai de încredere, ieftină și sigură metodă de a vă hrăni copilul. Alăptatul protejează copilul împotriva infecțiilor.
Formula feeding your baby is dangerous in the current situation. This is why we do not want to give infant formula to breastfeeding women.	Hrănitul cu lapte praf este periculos în acest moment. De aceea nu dorim să dăm lapte praf femeilor care hrănesc la sân.
If you recently stopped breastfeeding, you can restart. This is by far the safest option for your baby. Frequent suckling at the breast, day and night, will help to stimulate breastmilk production. Offer the breast before offering any other food or liquid.	Dacă v-ați oprit recent din alăptat, puteți reîncepe. Aceasta este de departe cea mai sigură opțiune pentru copilul dumneavoastră. Suptul frecvent, atât ziua cât și noaptea, ajută la stimularea producției de lapte matern. Dați copilului lapte matern înainte de orice altă mâncare sau lichid.
Do not give breastfed babies less than 6 months any extra water, juices, teas or foods.	Nu dați copiilor hrăniți la sân și care au sub șase luni apă, sucuri, ceaiuri sau mâncare.
Exclusive breastfeeding offers the best nutrition for small babies. Breastmilk contains ingredients that protect your baby from infection. Giving other foods/fluids will reduce your milk supply and increase the chances of infection, especially in this situation.	Alăptarea exclusivă oferă cea mai bună nutriție pentru copiii mici. Laptele matern conține ingrediente care protejează copilul de infecții. Dacă oferiți copilului altfel de mâncare / lichide, veți reduce cantitatea de lapte pe care o produceți și veți crește șansele de infectare, mai ales în contextul actual.
If you are both breastfeeding and using infant formula or other milks, it is safer to only breastfeed. Breastfeed before feeding formula in order to stimulate breastmilk production. You can gradually replace each formula feed with a	Dacă alăptați la sân și folosiți totodată și lapte praf sau alte tipuri de lapte, e mai sigur să alegeți doar alăptarea la sân. Alăptați înainte să oferiți copilului lapte praf pentru a stimula producerea de lapte. Cu timpul, veți putea

This resource may be freely used and distributed for non-commercial purposes. See safelyfed.ca for additional languages and resources.

breastfeed. This may take a few days.	Înlocui laptele praf cu alăptarea la sân. Acest lucru ar putea dura câteva zile.
Do not start to use infant formula if you have never used it. It is very difficult to prepare in your situation, we cannot provide you with all the supplies you will need, and it is expensive. Feeding your baby formula makes them more likely to get sick with diarrhea and chest infections which are serious illnesses for babies.	Nu începeți să folosiți lapte praf dacă nu ați mai făcut-o până acum. Acesta este dificil de pregătit în situația în care vă aflați, nu vă putem pune la dispoziție toate ustensilele necesare și este scump. Hrănitul copilului cu lapte praf îl face mai predispus la a se îmbolnăvi de diaree sau infecții la piept, care sunt afecțiuni serioase pentru bebeluși.
Stress does not reduce your breastmilk supply but it can slow the release of milk and this can make babies fussy and upset. Thinking about your love and hope for your baby will help the milk to flow. If available, being in a private place can help you relax. If your baby is over 6 months of age, continue to breastfeed as often as for as long as possible (2+ years) in addition to adding other foods. Try to offer the breast before other foods.	Stresul nu reduce cantitatea de lapte pe care o produceți, dar poate încetini acest proces, iar copiii pot deveni agitați și supărați. Puteți ajuta la o mai bună circulație a laptelui dacă încercați să vă gândiți la dragostea și speranța pe care le aveți pentru copilul dumneavoastră. Dacă puteți găsi, un spațiu privat pentru alăptare vă poate de asemenea ajuta să vă relaxați. Dacă copilul dumneavoastră are peste 6 luni, pe lângă altă mâncare pe care i-o oferiți, continuați să îl alăptați cât de des și cât de mult puteți (până la 2+ ani). Încercați să-l alăptați înainte de a-i oferi altă mâncare.
Even if you or your child are showing symptoms or are positive with COVID 19 continue to breastfeed your child. Wear a mask as you breastfeed and wash your hands before breastfeeding your child.	Continuați să vă alăptați copilul chiar și dacă dumneavoastră sau acesta aveți simptome sau sunteți infectați cu COVID 19. Purtați o mască în timpul și spălați-vă pe mâini înainte alăptării.
Wash hands	Spălați-vă pe mâini
Wear a mask	Purtați mască
It is not recommended for a child under two years old to wear a mask	Purtatul măștii nu este recomandat pentru copii sub doi ani
Ensure bottle and teat are thoroughly washed	Asigurați-vă că sticla și sânul dumneavoastră sunt spălate
Measure water accurately	Măsurați apa cu precizie
Measure powder accurately	Măsurați praful cu precizie
Discard unused formula	Aruncați laptele praf nefolosit
Powder that is mixed with cool potable water must be consumed immediately.	Praful amestecat cu apă potabilă rece trebuie consumat imediat