

Momento da «descida» do leite

O que é o momento da «descida» do leite?

- momento da «descida» do leite é o momento em que ocorre a ativação secretória.¹
- intervalo normal desta ocorrência situa-se entre as 24 e as 72 horas após o parto.²

A ativação secretória é identificada por:

- três volumes de extração consecutivos de 20 ml ou mais de ambas as mamas (combinados) para mães em regime de extração exclusiva.¹
- marcadores fisiológicos, tais como a palpação da mama cheia para mães que amamentem e extraiam.

Por que o momento da «descida» do leite é importante?

A ativação secretória atrasada (>72 horas após o nascimento) está associada a riscos de reduzidos volumes de leite persistentes e a uma duração do aleitamento reduzida.^{3,4}

Os fatores de risco para a ativação secretória atrasada incluem: primigravida, nascimento pré-termo, cesariana, índice de massa corporal elevado (>30), níveis elevados de dor e stress pré-natal, hemorragia pós-parto, separação da mãe-bebé, episódio da primeira amamentação atrasado e baixa frequência de amamentação/extração.³⁻⁵

Como implementar?

Desenvolva/reveja protocolos que:

- identifiquem as mães que tenham fatores de risco para a «descida» do leite atrasada pré-natais (sempre que possível) e pós-natais
- forneçam educação às mães com fatores de risco sobre a jornada do leite e a importância da «descida» do leite atempada
- garantam que o pessoal dá um maior apoio ao aleitamento às mães com fatores de risco
- forneçam às mães um registo de extração para monitorizar as extrações diárias e os volumes de leite, monitorizem o número de horas desde o nascimento até ao início da ativação secretória (identificada como três volumes de extração consecutivos de > 20 ml em mães em regime de extração exclusiva)
- apoiem a educação regular do pessoal sobre a importância da jornada da produção de leite
- garantam que a extração/alimentação é iniciada cedo (dentro de 3 horas após o nascimento para a extração) e frequentemente (8 ou mais vezes num período de 24 horas)¹
- recomendem a extração com tecnologia de iniciação para a eficiente estimulação das mamas, auxiliando a ativação secretória atempada e volumes de leite aumentados após a «descida» do leite.^{1,6-8}

Como auditar?

As estratégias para avaliar a melhor prática incluem:

- Monitorizar a percentagem de mães cuja «descida» do leite ocorre num período de 72 horas após o nascimento.
- Identificar as mães com a «descida» do leite atrasada (> 72 horas).
- Analisar os motivos para o atraso e anotar se foi fornecido apoio adicional atempado ao aleitamento.

Auditar registos mensalmente:

- Destacar os progressos recentes e que possam aumentar a motivação no seio da organização para dar continuidade a medidas que visem a melhoria da qualidade.
- Mostrar onde ainda são necessárias alterações para a implementação atempada de mais educação do pessoal para alcançar melhorias contínuas na prática clínica.
- Permitir que os obstáculos sejam identificados e resolvidos.