

Tiempo transcurrido hasta la «bajada» de la leche

¿Qué es el tiempo transcurrido hasta la «bajada» de la leche?

El tiempo transcurrido hasta la «bajada» de la leche es el tiempo que transcurre desde el parto hasta la activación secretora.¹ Este periodo suele ser de entre 24 y 72 horas después del parto.²

La activación secretora se identifica mediante:

- tres volúmenes de extracción consecutivos de 20 ml o más de ambos pechos (combinados) para las madres que únicamente realizan extracciones.¹
- marcadores fisiológicos, como la sensación de tener los pechos llenos en las madres que dan el pecho y extraen leche.

¿Por qué es importante el tiempo transcurrido hasta la «bajada» de la leche?

Una activación secretora retrasada (>72 horas tras el parto) está relacionada con riesgos de volúmenes de leche bajos persistentes y una duración de la lactancia reducida.^{3,4}

Los factores de riesgo relacionados con una activación secretora retrasada incluyen: primigrávida, parto prematuro, cesárea, índice de masa corporal elevado (>30), niveles altos de dolor y estrés perinatal, hemorragias posparto, separación de la madre y el bebé, primera toma al pecho retrasada y frecuencia baja de lactancia/extracción de leche.³⁻⁵

¿Cómo se debe realizar la implementación?

Desarrolle/revise protocolos para:

- identificar a madres con factores de riesgo de retraso en la «bajada» de la leche antes del parto (cuando sea posible) y tras el parto
- ofrecer a las madres con factores de riesgo formación acerca del periodo de lactancia y la importancia de una «bajada» de la leche oportuna
- asegurarse de que el personal proporciona una mayor ayuda a la lactancia a las madres con factores de riesgo
- proporcionar a las madres un registro de extracciones para llevar a cabo un seguimiento diario de las extracciones y los volúmenes de leche, realizar un seguimiento del número de horas desde el parto hasta el inicio de la activación secretora (identificada como tres volúmenes de extracción consecutivos de >20 ml para madres que solamente extraen leche)
- fomentar la formación periódica del personal acerca de la importancia del proceso de la producción de leche
- asegurarse de que las extracciones/tomas al pecho se inician de forma temprana (durante las 3 horas posteriores al parto para la extracción) y frecuente (8 veces o más en un periodo de 24 horas)¹
- recomendar la extracción con una tecnología de iniciación para lograr una estimulación eficaz del pecho, lo que ayuda a que se produzca una activación secretora oportuna y a aumentar los volúmenes de leche tras la «bajada» de la leche^{1,6-8}

¿Cómo realizar la auditoría?

Entre las estrategias para medir las mejores prácticas se incluyen:

- Seguimiento del porcentaje de madres que experimentan su «bajada» de la leche durante las 72 horas posteriores al parto.
- Identificación de las madres con un retraso (>72 horas) en la «bajada» de la leche.
- Análisis de los motivos del retraso y control de si se ha ofrecido una asistencia adicional para la lactancia adecuada.

Control mensual de los registros:

- Permite destacar los progresos recientes y puede mejorar la motivación dentro de la organización para continuar con las medidas de mejora de la calidad.
- Muestra dónde se siguen necesitando cambios y permite una implementación oportuna de nuevas sesiones de formación para el personal con el fin de seguir mejorando la práctica clínica.
- Permite la identificación y eliminación de las barreras.