

# Momento da primeira extração

## O que é o momento da primeira extração?

O tempo decorrido entre o parto e a primeira sessão de extração de uma mãe.

Para os bebés de termo saudáveis com nascimentos normais, a primeira amamentação deverá ocorrer na primeira hora.<sup>1</sup>

O enfoque desta medida é a extração precoce, dentro de 3 horas após o parto. Os motivos para qualquer atraso (>3 horas) deverão ser documentados.

## Por que o momento da primeira extração é importante?

A estimulação da mama precoce (alimentação ou extração) após o nascimento tem um impacto significativo na futura produção de leite e nos subsequentes resultados da alimentação.<sup>2-7</sup>

Os estudos destacam que as mães na UCI Neonatal que iniciam a extração num período de 3 horas após o nascimento, reduzem significativamente o tempo para a ativação secretória («descida» do leite) e, ao longo do tempo, têm maiores volumes de leite diários e cumulativos.<sup>3-6</sup> As mães também têm maior probabilidade de extrair leite às 6 semanas e quando os bebés recebem alta da UCI Neonatal.<sup>3-6</sup>

## Como implementar?

Desenvolva/reveja protocolos de extração do leite que:

- |   |  |   |
|---|--|---|
| <input type="checkbox"/> Apoiem as mães cujos bebés não consigam mamar nas primeiras horas ou tenham uma amamentação deficiente e ineficaz para iniciar a extração com extrator nas primeiras 3 horas após o nascimento | <input type="checkbox"/> Garantam que as mães recebam educação e apoio para:   | <input type="checkbox"/> apoiem a educação regular do pessoal sobre a importância da jornada da produção de leite   |
| <input type="checkbox"/> Recomendam a extração dupla com extratores para uso hospitalar   | <input type="checkbox"/> massajar a mama durante a extração  | <input type="checkbox"/> resolvam possíveis alterações nas estratégias de recursos humanos que possam ser necessárias para ultrapassar os obstáculos <sup>1</sup> |
| <input type="checkbox"/> Recomendem a utilização de tecnologia de iniciação com base na investigação  | <input type="checkbox"/> utilizar a expressão manual após a extração durante esta primeira fase  |   |
|   | <input type="checkbox"/> fornecer acesso fácil a extratores, kits de extratores pessoais e recipientes de recolha em todas as enfermarias de maternidade e amamentação relevantes para acelerar a extração de leite atempada |   |

## Como auditar?

As estratégias para avaliar a melhor prática incluem:

- Protocolos hospitalares que especifiquem a extração dentro de 3 horas após o nascimento.
- Registo do tempo para a primeira extração após o nascimento.
- Monitorização da percentagem de mães que extraem nas primeiras 3 horas após o nascimento e análise dos motivos do atraso (> 3 horas).

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.