

Extração frequente

O que é a extração frequente?

Extrair, no mínimo, 8 vezes ou mais num período de 24 horas, incluindo uma extração durante a noite que deixa um intervalo não superior a 5 horas até à extração seguinte, considera-se uma extração frequente. Este modo ajuda as mães a alcançar os volumes de leite necessários para o seu bebé.¹

Quando o bebé não conseguir amamentar-se, a mãe tem de ser apoiada a extrair com frequência.

Por que a extração frequente é importante?

Se o leite continuar a ser removido frequentemente (8 ou mais vezes em 24 horas), durante os 14 dias seguintes, as mamas são estimuladas a aumentar os volumes e a continuar a produção de leite, permitindo que as mães alcancem a produção de leite necessária.¹

Como implementar?

Desenvolva/reveja protocolos de extração do leite que:

- apoiem as mães cujos bebés não consigam mamar totalmente/eficientemente para extrair 8 ou mais vezes a cada 24 horas com um extrator de leite de grau hospitalar¹
- recomendem a extração dupla durante um período mínimo de 15 minutos^{1,6,7}
- comuniquem a todas as mães que a extração, no mínimo, uma vez entre as 00:00 e as 07:00 é importante para a produção de leite¹
- garantam que as mães recebem educação e auxílio quanto à utilização de funis do tamanho correto e apliquem massagem nas mamas antes, durante e após a extração⁷
- estipulem que as mães recebam aconselhamento sobre como obter um extrator de leite de grau hospitalar para realizarem a extração em casa⁸
- ofereçam às mães um registo de extração para monitorizarem as extrações diárias e os volumes de leite^{1,3}
- forneçam às mães apoio ao aleitamento específico da UCI Neonatal
- garantam que a monitorização dos registos de extração é realizada diariamente durante os primeiros 14 dias críticos e, em seguida, duas vezes por semana ou conforme necessário^{1,3}
- eduquem regularmente o pessoal sobre a importância e a ciência da jornada do leite materno
- resolvam possíveis alterações nas estratégias de recursos humanos que possam ser necessárias para ultrapassar os obstáculos¹
- Proporcionem acesso fácil no ambiente hospitalar a extratores, kits de extração pessoal e recipientes de recolha em todas as enfermarias de maternidade e amamentação relevantes, de modo a apoiar a extração frequente¹

Como auditar?

As estratégias para avaliar a melhor prática incluem:

- Registrar o número total de sessões de extração em 24 horas.
- Registrar e analisar os motivos pelos quais uma mãe não faz a extração ou motivos para a alteração da frequência da extração.¹
- Anotar quaisquer planos de ação/recomendações de aleitamento adicionais necessários que sejam implementados.

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.