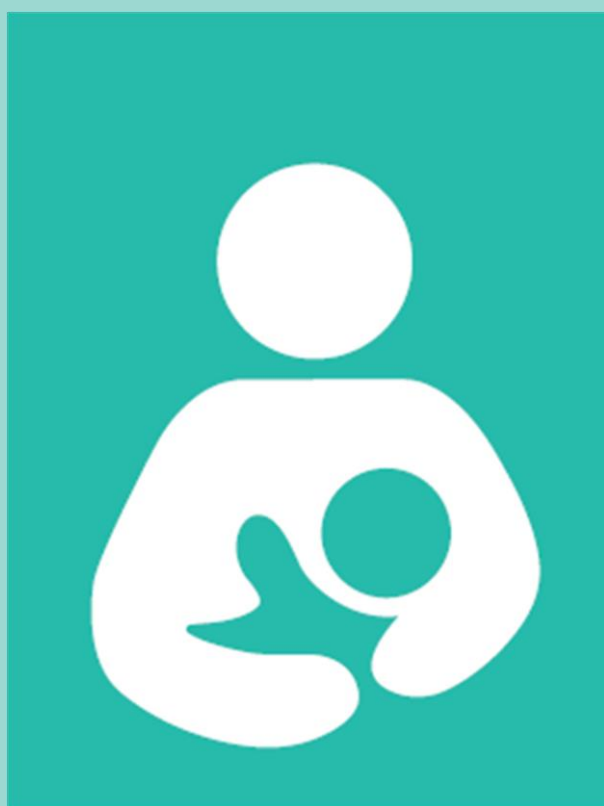


NORMATIVA DE LACTÀNCIA MATERNA PER A FAMÍLIES



Aquest document s'adreça a les famílies que acaben de tenir un fill/a.

En aquest hospital, les persones que hi dirigeixen i els professionals que hi treballen sabem que la lactància materna és la millor manera d'alimentar els nens i reconeix els grans beneficis en la salut que suposa per a la mare i el nen.

Totes les mares tenen el dret de rebre una informació clara i imparcial que els permeti prendre lliurement una decisió informada de com volen alimentar i cuidar els seus fills.

El personal de salut no discrimina cap dona pel mètode d'alimentació que hagi triat per al seu fill i li proporcionarà suport en qualsevol que hagi estat la seva elecció. Per això us demanem que plantegeu quants dubtes us sorgeixin des de l'embaràs, i comuniqueu al personal les decisions que preneu al llarg de tot el procés d'embaràs, part i puerperi.

En suport d'aquesta Normativa:

Aquesta normativa és desenvolupada i implantada en coherència amb el Procediment de Lactància Materna de l'Hospital Universitari Dexeus, així com amb la resta de procediments referits a l'alimentació dels nadons.

A l'hospital no hi ha publicitat sobre les fórmules adaptades de llet, biberons, tetines o xumets, ni es difonen revistes o kits de regal que poguessin incorporar la publicitat referida. El material informatiu és elaborat i/o revisat pel comitè de lactància.

Als pares i mares que decideixen de manera informada alimentar amb fórmules infantils els seus fills se'ls ensenyarà com preparar-les correctament, de manera individual, durant el període postpart.

Tots els professionals tenen accés a aquesta normativa, així com les mares, pares i familiars que ho desitgin.

DESENVOLUPAMENT

Informació a les dones embarassades sobre els beneficis i el maneig de la lactància

A les consultes que realitzeu a l'hospital durant l'embaràs els professionals us informaran dels beneficis de l'alletament i dels riscos potencials de l'alimentació amb fórmula, on tindreu l'oportunitat d'exposar els vostres dubtes i decisions. De la mateixa manera, a la visita al paritori i xerrada impartida per la llevadora a les setmanes 34-37, hi haurà també un espai dedicat a aquesta opció individualitzada.

L'objectiu és donar-li confiança en la seva habilitat d'alletar i coneixements sobre la fisiologia de la lactància.

Les mares VIH positives rebran el suport adequat, individualitzat i personalitzat durant l'embaràs, així com informació completa sobre les opcions d'alimentació dels nadons, segons les recomanacions de l'Organització Mundial de la Salut (OMS).

L'opció més apropiada d'alimentació infantil per a una mare infectada amb el VIH depèn de les circumstàncies individuals i el nadó, incloent-hi la condició de salut, però s'han de considerar els serveis de salut disponibles i la conselleria i el suport que pugui rebre.

Es recomana la lactància materna exclusiva durant els primers 6 mesos de vida a no ser que l'alimentació de substitució sigui AFASS (Acceptable, Factible, Assequible, Sostenible i Segura).

Quan l'alimentació de substitució és AFASS, es recomana evitar tota mena de lactància materna. La mare infectada amb el VIH ha d'evitar la lactància mixta (és a dir, lactància a més d'altres aliments, líquids o fórmula) durant els primers 6 mesos de vida, per l'augment del risc de contagi del VIH.

Inici del alletament

Al part facilitarem el contacte pell amb pell amb la seva filla/o/ en un entorn tranquil. Sempre que sigui possible, mantindrà el contacte pell amb pell com a mínim els primers 60-90 minuts de vida o fins que faci una presa efectiva (el que passi abans), i no s'interromprà perquè el personal realitzi procediments de rutina.

S'animarà totes les mares a oferir la primera presa de pit quan mare i fill estiguin llestos. La llevadora l'ajudarà al post-part immediat.

Aprendre com alletar i com mantenir la lactància

Se us oferirà ajuda amb la lactància des de les primeres hores del naixement. Després de la primera presa, la majoria dels nadons queden adormits de 4 a 12 hores, sense interès per les preses, recuperant-se del part. Si estigués dormint molt de temps s'indicarà a la mare que ho despertí, però sense oblidar explicar-li que això només cal en els primers dies i no de manera indefinida.

El personal d'infermeria estarà disponible per ajudar les mares amb totes les preses durant la vostra estada a l'hospital. Els professionals sanitaris proporcionaran a les mares el suport necessari per col·locar correctament el nen perquè agafi bé el pit, i perquè sàpiguen extreure'n la llet manualment. A aquest efecte, se'ls lliurarà informació escrita sobre l'extracció manual de la llet i sobre el seguiment de la lactància en cas d'haver de separar-se del fill. Aquesta informació s'inclou a la Guia de Lactància per a mares i pares, que us lliuraran durant l'ingrés.

Abans de l'alta, les mares reben informació oral i escrita de com reconèixer si l'alletament és eficaç:

- Signes que indiquen si el nen rep o no prou llet;
- Com reconèixer que l'alletament no progressa adequadament (esquerdes, ingurgitació, etc.)

Nounats que necessiten hospitalització

Si per raons mèdiques cal separar la mare i el fill, el personal us ajudarà i animarà a extreure's la llet i mantenir la lactància durant els períodes de separació. En la mesura que els nounats hospitalitzats puguin rebre llet materna, es facilitaran els mitjans perquè així sigui, evitant l'ús de tetines. A aquestes mares se'ls facilita l'alletament les 24 hores, així com l'extracció i l'emmagatzematge de llet si escau.

S'animarà les mares que han de separar-se dels fills a extreure's la llet almenys 8 vegades al dia. Se'ls ensenyarà com extreure's llet de manera manual i amb extractors (manual i elèctric).

Suport a la lactància exclusiva

No es donarà cap beguda ni fórmula artificial als nens alletats, excepte en cas d'indicació mèdica o elecció materna informada. La decisió d'oferir suplement per raons mèdiques s'ha de fer per un pediatre. Abans d'introduir llet artificial a nens alletats, animarem la mare a treure's llet per donar-la al nen amb got o xeringa. Això pot reduir la necessitat d'administrar fórmula artificial.

Quan els pares sol·liciten suplementació, s'avalua la presa i el professional s'interessa pels motius de preocupació dels pares. Si els suplement no estan clínicament indicats, us informarem de la fisiologia de la lactància i solucionarem els vostres dubtes. Es respectarà sempre la decisió informada que els pares prenguin sobre això. En aquest cas, a la mare se li ensenyarà a preparar llet de fórmula i la tècnica d'alimentació del nadó amb ella, de manera individualitzada.

Allotjament conjunt i mantenir a prop el nounat

Les mares assumiran la responsabilitat primària de la cura dels fills.

Mare i fill només se separaran quan l'estat clínic de la mare o del nen necessiti cures en altres àrees. No hi ha un niu a les àrees d'atenció postnatal. Els nadons romanen a la mateixa habitació amb els seus pares/mares, excepte aquells la situació clínica dels quals no ho permet. Els fills/es nascuts per cesària també romanen amb les mares des del moment immediat a la intervenció quirúrgica.

Es fomentarà, en tot moment, el contacte físic proper entre la mare i el seu fill, per afavorir el reconeixement de signes de gana del nadó, facilitar l'adherència i millorar l'enllaç.

S'animarà les mares que lactin els seus fills en posició de criança biològica i es fomentarà l'autoenganxament (que sigui el nen qui es dirigeixi al pit i l'agafi de manera espontània).

Ús Alimentació guiada pel nounat

Es recolzarà la lactància a demanda (quan el nen doni mostres que vol menjar) per a tots els nens, tret que hi hagi altres indicacions clíniques. Els procediments hospitalaris no interferiran amb aquesta norma. El personal us ensenyarà a reconèixer els signes de gana del nen i la importància de respondre-hi.

És acceptable despertar el seu fill per alimentar-lo si noten el pit ple. Les preses nocturnes són importants al principi per a la producció de llet.

Ús de tetines, xumets i mugroneres

Desaconsellem l'ús de tetines o xumets mentre s'estableix la lactància. Els pares/mares que vulguin fer-les servir han de conèixer els possibles efectes perjudicials que pot tenir en la lactància per prendre una decisió informada. Converseu amb el personal sanitari sobre això si us queden dubtes.

No es recomana l'ús de mugroneres, excepte en circumstàncies extremes i només per períodes de temps el més curts possible.

Grups de suport a la lactància

L'Hospital Universitari Dexeus dona suport a la cooperació entre els professionals sanitaris i els grups de suport voluntaris, alhora que reconeix que les institucions sanitàries tenen la seva responsabilitat en la promoció de la lactància. Actualment el grup de suport a la lactància és referent de l'alletament. Aquest grup es reuneix un dia a la setmana a l'hospital i us assessoraran professionals formats en lactància. Vostè pot començar a venir des de l'embaràs. S'exposa a les àrees matern-infantils el calendari de reunions, així com les adreces i telèfons. Pregunteu al personal si teniu dubtes sobre l'horari i sala on acudir.

RESUM DELS DEU PASSOS PER A UNA FELIÇ LACTÀNCIA MATERNA:

1. Disposar d'una **política per escrit** relativa a la lactància natural coneguda per tot el personal del centre.
2. **Capacitar** a tot el personal per dur a terme aquesta política.
3. **Informar** a les embarassades dels beneficis de la LM i com fer-la.
4. Oferir a tots els nadons **contacte pell amb pell precoç amb** les mares després del part i oferir ajuda per **iniciar la lactància a la primera mitja hora** de vida.
5. Mostrar a la mare **com s'ha de donar de mamar** el nen i com mantenir la lactància fins i tot si s'ha de separar del nen.
6. No donar als nadons **més que la llet materna**, sense cap altre aliment o beguda, llevat que estiguin mèdicament indicats.
7. Facilitar la **cohabitació** de la mare i el fill 24 hores al dia.
8. Fomentar la lactància **a demanda**.
9. **No donar** als nens alimentats a pit xumets o tetines.
10. Fomentar l'establiment de **grups de suport** a la lactància materna i procurar que les mares s'hi posin en contacte.

BIBLIOGRAFÍA

- Aquest document és una adaptació de “UNICEF/OMS. IHAN Espanya. Normativa de lactància materna per a un Hospital IHAN” © Organització Mundial de la Salut i UNICEF 2010. IHAN Espanya, prèvia autorització per la IHAN.

POLÍTICA DE LACTÀNCIA MATERNA

En el nostre centre promovem i protegim la lactància materna. Difonem els seus beneficis per al nadó i per a la mare a tot el personal que ha de tractar a la mare abans i després de la gestació i atendre el part i al nadó.

Seguim les directrius d'obligat compliment com a hospital integrant de la IHAN (Iniciativa per la Humanització de l'Assistència al Naixement i la Lactància).

1. Disposar d'una normativa escrita que de forma sistemàtica es posa en coneixement de tot el personal.
2. Capacitar a tot el personal perquè pugui posar en pràctica la normativa.
3. Informar a totes les embarassades dels beneficis i maneig de la lactància.
4. Ajudar a les mares a iniciar la lactància en la primera hora de vida del recent nascut
5. Ensenyar a les mares com alletar i com mantenir la lactància fins i tot si cal que se separin dels seus fills.
6. No donar als nadons cap aliment que no sigui llet materna excepte en el cas que estigui medicament indicat.
7. Practicar l'allotjament conjunt permetent que mare i fill estiguin junts les 24 hores del dia.
8. Animar a les mares a fer lactància materna a demanda quan ja estigui establerta la lactància.
9. No donar biberons, tetines ni xumets a nadons alimentats al pit ni permetre que hi hagi publicitat sobre aquests materials al centre hospitalari.
10. Fomentar l'assistència als Grups de suport a la Lactància materna en el moment de l'alta hospitalària.

