

Guia de uso da sala de **coleta e apoio** à amamentação



COMPANHIA DE DESENVOLVIMENTO DOS VALES
DO SÃO FRANCISCO E DO PARNAÍBA



Guia de uso da sala de coleta e apoio à amamentação

Presidência da Codevasf (Respondendo)

Sérgio Luiz Soares de Souza Costa

Área de Desenvolvimento Integrado e Infraestrutura

Sérgio Luiz Soares de Souza Costa

Área de Gestão dos Empreendimentos de Irrigação

Luís Napoleão Casado Arnaud Neto

Área de Revitalização das Bacias Hidrográficas

Fábio André Freire Miranda

Área de Gestão Estratégica

Maria Clara Netto Oliveira

Área de Gestão Administrativa e Suporte Logístico

Plácido Cardoso de Melo Junior



Companhia de Desenvolvimento dos
Vales do São Francisco e do Parnaíba

Coordenação de Marisa Cordeiro Roque

Guia de uso da sala de coleta e apoio à amamentação

Brasília – DF
Codevasf
2019

© 2019 Companhia de Desenvolvimento dos Vales do São Francisco e do Parnaíba - Codevasf

SGAN – Quadra 601 – Bloco I - Edifício Deputado Manoel Novaes

Tel: (61) 2028-4420/4418/4415

CEP: 70830-019 – Brasília/DF

Site: www.codevasf.gov.br

E-mail: pls.sede@codevasf.gov.br

É permitida a reprodução, parcial ou total, por qualquer meio, desde que citada a fonte.

Disponível em:

<http://www.codevasf.gov.br/principal/publicacoes/publicacoes-atuais>

Coordenação: Marisa Cordeiro Roque

Capa, diagramação e desenhos: Gilberto Sousa Matos

Normalização: Nilva Chaves, Célia Maria de Menezes

Revisão de texto: Liana Castelo Branco Cunha Karliç, Laudâmia Maria de Araujo leite Matos, Marisa Cordeiro Roque, Raquel Pedroso Neiva e Valesca Mara de Brito Camilo Moura.

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

G943

Guia de uso da sala de coleta e apoio à amamentação / Marisa Cordeiro Roque, coordenadora. – Brasília : Codevasf, 2019.
25 p. : il. ; color.

1. Sala de Apoio. 2. Amamentação. 3. Aleitamento materno.
I. Codevasf.

CDU 613.953

Comissão de Implantação do Plano de Gestão Logística Sustentável –
PLS/Sede - Decisão nº 1436/2016.

Presidente: Marisa Cordeiro Roque

Membros: Frederico Celente Lorca

Jackson Costa Coelho

Liana Castelo Branco Cunha Karliç

Laudâmia Maria de Araujo leite Matos

Marcos Antônio das Neves de Oliveira

Raquel Pedroso Neiva

Valesca Mara de Brito Camilo Moura

Parceiros/Colaboradores:

Área de Gestão Administrativa e Suporte Logístico – AA

Área de Gestão Estratégica – AE

Área de Revitalização das Bacias Hidrográficas – AR

Banco de Leite Humano do Distrito Federal – BLH/DF



Sumário

Apresentação.....	09
1 Introdução.....	11
2 Sala de coleta e apoio à amamentação.....	13
3 Objetivos da sala de coleta e apoio à amamentação.....	14
4 Ordenha mamária.....	15
4.1 Preparo e higienização do recipiente para o armazenamento do leite materno.....	16
4.2 Antes da ordenha, para manter a qualidade do leite materno são necessários observar alguns procedimentos.....	16
5 Retirada e coleta manual do leite materno.....	17
6 Variações da técnica manual.....	19
7 Retirada e coleta do leite materno com bomba tira-leite.....	20
8 Razões para ordenhar o leite.....	20
9 Cuidados ao armazenar o leite.....	20
10 Tempo de armazenamento.....	21
11 Descongelamento do leite.....	21
12 Como oferecer o leite coletado ao bebê.....	22
13 Como agir em caso de engasgo e asfixia com leite.....	23
14 Referências.....	25



Apresentação

Criar espaços adequados para a promoção da amamentação em ambientes de trabalho é uma conduta responsável e humana – e alinhada com boas práticas de gestão em organizações modernas. Dispensa demonstração o fato de que o bem-estar da família, em grande parte associado à certeza da saúde e da nutrição dos filhos, é fator que favorece o bom desempenho de um profissional – mãe ou pai – em seu local de trabalho.

A Companhia de Desenvolvimento dos Vales do São Francisco e do Parnaíba (Codevasf) orgulha-se de ter em sua sede, em Brasília, uma Sala de Coleta e Apoio à Amamentação que segue recomendações do Ministério da Saúde e da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa). O espaço foi inaugurado em 2017 e recebeu do Ministério uma placa que o certifica e o reconhece como local que “protege, promove e apoia o aleitamento materno”.

A Sala oferece à mãe que retorna ao trabalho após o período de licença-maternidade condições para retirada e armazenamento do leite. Com isso, essa mãe pode, ao final de cada dia de trabalho, levar a seu filho o leite coletado na Sala com segurança e qualidade – e pode ainda preservar o excedente para doação ao Banco de Leite Humano – BLH.

A higiene, o conforto, a privacidade e a segurança do ambiente, planejado para o fim específico de dar suporte à amamentação, o

distinguem de salas convencionais e podem ser determinantes para que a mãe mantenha a amamentação da criança após o fim da licença-maternidade.

Os procedimentos relativos à coleta de leite materno requerem cuidados específicos. Por essa razão, a Comissão de Implantação do Plano de Gestão de Logística Sustentável da Codevasf, responsável pela implantação da Sala, deu um passo adiante e sintetizou neste Guia de Uso da Sala de Coleta e Apoio à Amamentação orientações relevantes às profissionais que fazem ou farão uso do espaço.

Sabe-se que o aleitamento materno exerce extraordinária influência sobre a saúde da criança por toda a vida: previne doenças e promove desenvolvimento cognitivo e emocional. A instituição que apoia o aleitamento está, portanto, realizando um investimento de longo prazo no bem-estar familiar de suas profissionais – e tornando menos penoso o desafio materno de retornar ao trabalho e seguir amamentando. Com a organização deste Guia, a Codevasf reitera seu compromisso com a amamentação e renova sua solidariedade às mães diante desse desafio.

Diretor-presidente (respondendo)
Sérgio Luiz Soares de Souza Costa

1 Introdução

A legislação brasileira de apoio à mãe trabalhadora contempla um período essencial à maternidade ao apoiar a prática do aleitamento materno após o fim da licença maternidade.

Com o objetivo de proporcionar todo o suporte necessário à continuidade do aleitamento materno, a Codevasf/Sede inaugurou, em 9 de junho de 2017, a Sala de Apoio à Amamentação, em conformidade com os protocolos do Ministério da Saúde, da Portaria nº 193/2010 da Agência Nacional de Vigilância Sanitária – Anvisa e da Nota Técnica Conjunta nº 01/2010, de 24 de fevereiro de 2010, também da Anvisa.

A Sala de Apoio à Amamentação, que faz parte das iniciativas/ações do Plano de Gestão de Logística Sustentável – PLS-Codevasf/Sede, teve seu registro no Ministério da Saúde por meio do projeto “Mulher trabalhadora que amamenta” e sua implementação seguiu as orientações e especificações técnicas do Banco de Leite da Secretaria de Estado de Saúde do Distrito Federal - SES/DF.

No Brasil, existem mais de 200 empresas e instituições que possuem Sala de Apoio à Amamentação certificadas, sendo apenas 12 situadas no Distrito Federal. Com a inauguração da sala, a Codevasf passa a ser a primeira empresa pública a ter uma sala certificada pelo Ministério da Saúde e considerada referência na região.

Em um momento histórico, por meio da Lei nº 13.435, de 12 de abril de 2017, ficou instituído o mês de agosto como o mês do aleitamento materno – “Agosto Dourado”, quando são intensificadas as ações intersetoriais de conscientização e esclarecimento sobre a importância da amamentação.

A Codevasf, por meio do PLS-Codevasf/Sede, em 2017, tornou-se parceira da iniciativa “Agosto Dourado” – mês que marca a luta pelo incentivo à amamentação, simbolizado pela cor dourada, que está relacionada ao padrão ouro de qualidade do leite materno.



2 Sala de coleta e apoio à amamentação

Espaço destinado às mães empregadas e demais colaboradoras para que, ao retornarem ao trabalho após a licença-maternidade, possam coletar e armazenar o leite materno de forma adequada durante a jornada de trabalho.

A sala, sob coordenação da Gerência de Gestão de Pessoas – AA/GGP, está localizada na Unidade de Benefícios e Saúde Ocupacional – AA/GGP/UBS, segundo andar da Sede da Codevasf. É um ambiente acolhedor, aconchegante, arejado, com iluminação natural, confortável, privativo para a coleta do leite, e apropriadamente equipado, dispondo de:

- a) 1 freezer com termômetro para monitoramento diário da temperatura;
- b) 1 ponto de água e lavatório para higiene das mãos e dos seios;
- c) 1 poltrona de amamentação;
- d) 1 cadeira de coleta; e
- e) toucas, máscaras, papel toalha e etiquetas para identificação dos recipientes.

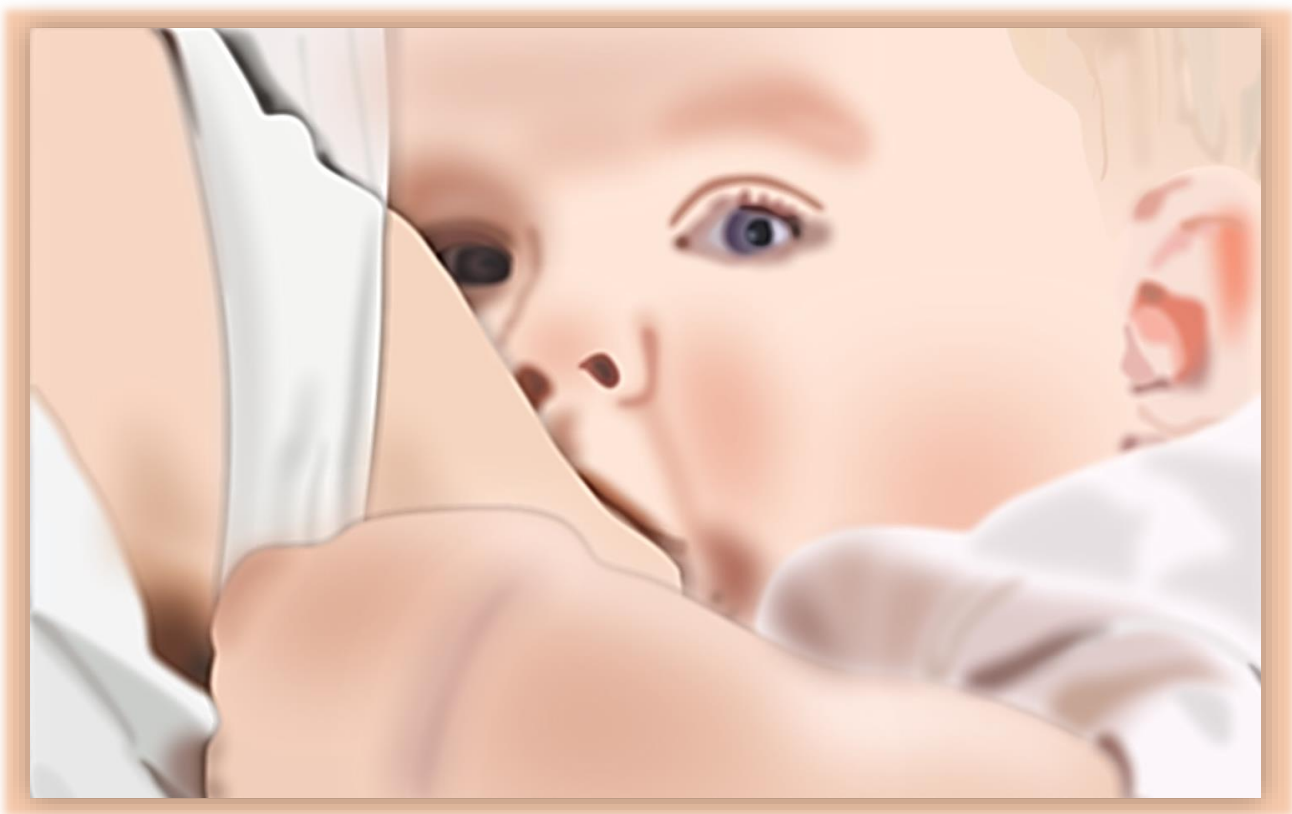
As instalações atendem aos critérios técnicos definidos na Portaria nº 193/2010 da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa).

A mãe, ao final de cada expediente, levará o leite coletado ao seu filho ou poderá doá-lo ao Banco de Leite Humano do Hospital Regional da Asa Norte - HRAN, nosso parceiro desde 2013, através do telefone

193 (corpo de bombeiros), ou a outro Banco de Leite de sua preferência,

3 Objetivos da sala de coleta e apoio à amamentação

- a) fornecer para a mãe um espaço adequado para a retirada do leite materno, durante a jornada de trabalho;
- b) contribuir para a manutenção da produção do leite;
- c) estimular a amamentação e conseqüentemente promover a saúde e prevenir doenças para a mãe e para o bebê;
- d) proporcionar ao bebê o direito de acesso ao leite materno.



4 Ordenha mamária



A ordenha da mama ou extração do leite do peito consiste na **expressão** da mama lactante, podendo ser realizadas de forma manual ou com auxílio de bomba tira-leite manual ou elétrica.

A ordenha manual exige uma técnica correta, e pode demorar mais tempo, mas com a prática fica mais fácil. Quando o mamilo está machucado, a ordenha manual pode ser a melhor técnica para não machucar ainda mais o peito.



A bomba tira-leite manual permite que a mãe possa tirar com mais facilidade e mais rapidamente que de forma manual. É preciso ter prática, escolher uma bomba que se adapte à mãe, e não a machuque.

A bomba tira-leite elétrica permite que a mãe faça a ordenha de forma mais rápida e fácil. Ela faz o movimento de sucção na mama tentando simular a sucção do bebê no peito.

A ordenha deve ser conduzida com rigor higiênico-sanitário com a finalidade de impedir que contaminantes ambientais do leite causem prejuízo à qualidade do leite. Para tanto, tornam-se necessárias algumas recomendações:

4.1 Preparo e higienização do recipiente para o armazenamento do leite materno:



- a) frasco de vidro incolor com tampa plástica de rosca.
- b) lavar bem com água e sabão.
- c) ferver tampa e frasco por 15 minutos
- d) deixar secar sobre um pano limpo.
- e) manter o frasco bem fechado.

4.2 Antes da ordenha, para manter a qualidade do leite materno são necessários observar alguns procedimentos:



- a) retirar anéis, pulseira e relógio.
- b) prender e cobrir os cabelos com touca.
- c) proteger o nariz e a boca com máscara, fralda, ou um pano limpo.
- d) lavar bem as mãos e braços até os cotovelos com água e sabão.
- e) limpar as mamas apenas com água, nunca use sabonete, álcool, água boricada ou qualquer outro produto.
- f) secar as mãos e as mamas com papel-toalha ou toalha limpa.

5 Retirada e coleta manual do leite materno

De acordo com o Ministério da Saúde e a Sociedade Brasileira de Pediatria, a ordenha deverá seguir os seguintes passos para manutenção da qualidade nutricional e sanitária do leite:



a) massagear a mama com a ponta dos dedos, fazendo movimentos circulares no sentido da aréola para o corpo.



b) com a mão em "c", colocar os dedos polegar e indicador acima e abaixo da aréola, respectivamente.



c) firmar os dedos e empurrá-los para trás em direção ao corpo e apertar o polegar contra os outros dedos até sair o leite.



d) pressionar e soltar várias vezes.



e) desprezar os primeiros jatos ou gotas.

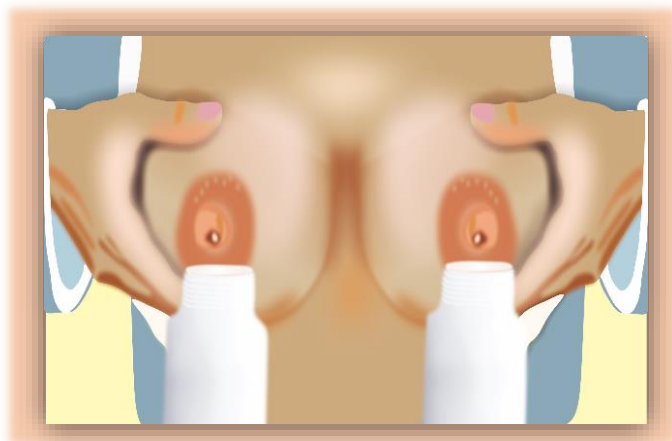


f) colher o leite no frasco, colocando-o abaixo da auréola. Após o término da ordenha, fechar bem o frasco e rotular com o nome da nutriz, a data e hora da primeira coleta.

6 Variações da técnica manual



a) a mãe pode assumir a posição levemente inclinada para frente, na tentativa de facilitar e aumentar o fluxo lácteo.



b) a mãe pode ordenhar os dois seios simultaneamente em um único vasilhame de boca larga ou em 2 vasilhames separados, colocados um embaixo de cada mama.

Obs.: A manobra não dói. Se doer, é porque está sendo feita de forma incorreta.

A ordenha adequada tem duração de 20 a 30 minutos em cada uma das mamas. É importante não tentar ordenhar em um tempo mais curto, especialmente nos primeiros dias, quando apenas uma pequena quantidade de leite pode ser produzida. Após a ordenha, passe um pouco de leite materno nos mamilos e auréolas e deixe secar naturalmente. Ele servirá como protetor da pele.

7 Retirada e coleta do leite materno com bomba tira-leite

A ordenha com auxílio da bomba tira-leite, manual ou elétrica, deverá seguir as orientações dos respectivos instrumentos. As condutas de higiene, armazenamento e oferta ao bebê deverão ser iguais à da ordenha manual.

8 Razões para ordenhar o leite

- a) aumentar a produção de leite ou mesmo para manter a lactação.
- b) abrandar o ingurgitamento mamário (quando o leite sair espontaneamente).
- c) tornar mais flexível a região do mamilo e da auréola para facilitar a mamada pelo bebê.
- d) coletar o leite para oferecer ao bebê posteriormente ou doar a um banco de leite.

9 Cuidados ao armazenar o leite

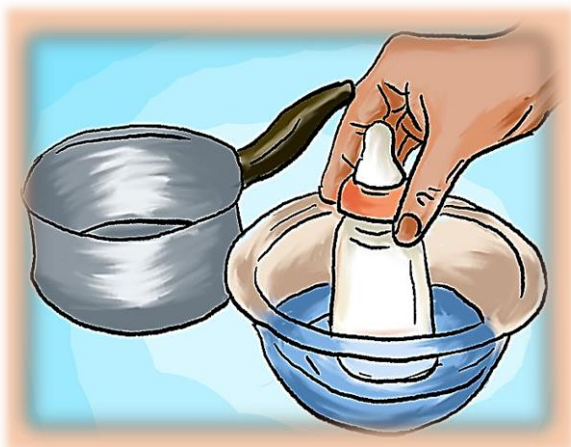
- a) o frasco não deverá ser enchido até a borda (deixando 2 ou 3 cm abaixo), caso contrário, ele poderá estourar quando congelado.
- b) o frasco deverá ser identificado com o nome da mãe e a data da coleta.
- c) ao terminar a ordenha, o frasco deverá ser fechado e armazenado no refrigerador.

10 Tempo de armazenamento

De acordo com a Rede Brasileira de Bancos de Leite Humano, o leite deverá ser armazenado em até:

- a) 12 horas, se guardado na prateleira da geladeira; e
- b) 15 dias a partir da data da coleta, se for mantido no congelador ou freezer.

11 Descongelamento do leite



- a) o leite deverá ser descongelado e aquecido em banho-maria (água quente e em fogo desligado).
- b) o leite materno não deverá ser descongelado em forno micro-ondas ou fervido.
- c) o leite deverá ser agitado lentamente e administrado em até 1h após o descongelamento.

Obs: O leite descongelado e não consumido em até 1h deverá ser desprezado.

12 Como oferecer o leite coletado ao bebê



- a) o leite deve ser oferecido utilizando-se copo, xícara ou colher;
- b) colocar o bebê parcialmente recostado ou sentado no colo;
- c) apoiar as costas, a cabeça e o pescoço do bebê;
- d) segurar um copo pequeno com leite, próximo aos lábios do bebê;
- e) pousar o copo levemente sobre o lábio inferior do bebê e encostar as bordas do copo à parte exterior do lábio superior do bebê;
- f) virar levemente o copo, para que o leite apenas toque os lábios do bebê;
- g) não despejar o leite na boca do bebê, apenas segurar o copo perto dos seus lábios e deixar que ele tome, quando estiver satisfeito, fechará a boca e não tomará mais.

13 Como agir em caso de engasgo e asfixia com leite

Se o seu bebê se engasgar com o leite e começar a tossir, primeiro, pare de amamentá-lo, coloque-o de pé e, se necessário, assopre o rosto dele. Caso o bebê não responda aos seus estímulos, comunique imediatamente qualquer serviço médico de urgências pelo 193 CORPO DE BOMBEIROS, 192 SAMU ou 190 POLICIA MILITAR.

Enquanto isso, siga as orientações da imagem abaixo:

- a) Colocar o bebê de bruços sobre um dos braços;
- b) Encaixar o queixo da criança entre os dedos para que a cabeça fique firme;
- c) Manter abertas as pernas da criança, uma para cada lado do braço;
- d) Descer o braço cerca de 10 centímetros para o corpo ficar levemente inclinado;
- e) Com a outra mão, dar leves tapas nas costas para desobstruir as vias aéreas; e
- f) O líquido deve sair pela boca e nariz.



Referências

BRASIL. Ministério da Saúde. Cartilha para mãe trabalhadora que amamenta. Brasília: Virtual books, 2010. Disponível em: <http://www.bvsms.saude.gov.br/bvs/publicações/cartilha_mãe_trabalhadora_amamenta.pdf.> Acesso em: 30 out 2018.

BRASIL. Ministério da Saúde. *Sala de apoio à amamentação em empresas: nota técnica conjunta nº 01*. Disponível em: http://www.bvsms.saude.gov.br/bvs/publicações/sala_apoio_amamentação_empresas.pdf. Acesso em: 17 out 2018.

CARTILHA de uso da sala de aleitamento materno. Ministério da Segurança Pública. Brasília.

FUNDO DA NAÇÕES UNIDAS PARA A INFÂNCIA (OMS). *Iniciativa Hospital Amigo da Criança: revista atualizada e ampliada para o cuidado integrado. Módulo 3: promovendo e incentivando a amamentação em um hospital amigo da criança: curso de 20 horas para equipes de maternidade*. Ministério da Saúde: Brasília, 2009. 276 p.

LANG, S. *Aleitamento do lactente: cuidados especiais*. São Paulo: Santos, 1999. 179 p.



COMPANHIA DE DESENVOLVIMENTO DOS VALES DO SÃO FRANCISCO E DO PARNAÍBA

www.codevasf.gov.br

BRASÍLIA - DF
2019