

UNIVERSIDAD DEL SURESTE

MATERIA:

NUTRICIÓN EN ENFERMEDADES
CARDIOVASCULARES

CUATRIMESTRE -GRUPO:
6° CUATRIMESTRES-LIC.

PRODUCTO ACADÉMICO:
INFOGRAFÍA

TEMA:

LACTANCIA MATERNA

ALUMNO:

ASHLEY RAQUEL FLORES CORDERO

DOCENTE: DR. MIGUEL BASILIO ROBLEDOS

LACTANCIA MATERNA

La lactancia materna es la forma ideal de aportar a los niños pequeños los nutrientes que necesitan para un crecimiento y desarrollo saludables. Prácticamente todas las mujeres pueden amamantar **(OMS)**

Ventajas para las madres:

- minimiza la pérdida sanguínea posparto y ayuda al útero a recuperar su tamaño normal
- formación de lazos de unión con sus hijos
- menor riesgo de padecer cánceres de mama y ovario, así como artritis reumatoide

Ventajas para las bebe:

- equilibrio de nutrientes satisface en gran parte las necesidades de crecimiento y desarrollo del recién nacido
- Contiene proteína de suero que forma un cuajo suave y fácil de digerir
- Contiene ácidos grasos poliinsaturados que promueve el desarrollo óptimo del sistema nervioso central.
- el amamantamiento también parece proteger contra las enfermedades crónicas infantiles, como la enfermedad celiaca, enfermedad infl amatoria intestinal y leucemia



1-6 MESES
LACTANCIA
EXCLUSIVA

Posiciones para amamantar (Breast-feeding Positions)



Acunado



Acunado cruzado



Pelota de fútbol



Acostado

Copyright © 2002 McKesson Health Solutions LLC. All rights reserved.

POSTURAS PARA AMAMANTAR AL BEBE

Sentada con la espalda vertical. Puede apoyar los pies en un banquito y/o colocar una almohada sobre los muslos para quitar la tensión de la espalda y acercar al bebé a la altura del pecho

Sentada en la cama. Utilizar varias almohadas atrás de la espalda para que se pueda sentar derecha, otras debajo de las rodillas y sobre los muslos para ayudar a acercar al bebé al pecho y otra debajo del antebrazo del lado del que va a amamantar, para que no se canse de cargar al bebé.