



**PASIÓN POR EDUCAR**

**UNIVERSIDAD DEL SURESTE**

**INFOGRAFÍA**

**NOMBRE DEL TRABAJO**

**DIEGO QUIÑONES GARCÍA**

**ALUMNO**

**NUTRICIÓN EN ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES**

**MATERIA**

**DR. MIGUEL BASILIO ROBLEDO**

**CATEDRÁTICO**

**LNU 6° CUATRIMESTRE**

**GRADO Y GRUPO**

**TAPACHULA CHIAPAS, 22 DE MAYO DEL 2020**

# “ LACTANCIA MATERNA “

## ¿QUE ES LA LECHE MATERNA?



Es el alimento mas completo e ideal para el recién nacido con células madre, hormonas y enzimas

## ¿QUE APORTA LA LECHE MATERNA?



Aporta proteínas, grasas, carbohidratos, vitaminas y minerales que son vitales para un crecimiento físico y neurológico

## ETAPAS DE LA LECHE MATERNA

### CALOSTRO

El calostro es la primera leche, es más amarillenta, rico en proteínas e inmunoglobulinas (sustancias antiinfecciosas) que se secreta entre los primeros 2 y 4 días tras el nacimiento; es algo bajo en cuanto a energía total, y es más rico en vitaminas A y E.

### TRANSICIÓN

Se produce entre los días 7 y 10 y ocurre un incremento progresivo de lactosa y disminución de las grasas y proteínas, y así hasta alcanzar la leche madura

### MADURA

Producida en los días 10 y 15, la leche es mas aguda y calma la sed del niño, es abundante y espesa sacia y alimenta

## BENEFICIOS

- Una nutrición completa y optima para el lactante
- La leche es isoosmótica por lo cual no necesitan de algún otro liquido
- Protege contra infecciones y obtienen beneficios inmunológicos
- El contenido de triglicéridos y los glóbulos de lípidos protegen contra Escherichia coli, Campylobacter jejuni.
- Disminución de muerte súbita
- Reducción de enfermedades crónicas.

- Beneficios hormonales, físicos y psicológicos
- Ayuda al útero a recuperar su tamaño normal
- Se logra un vinculo mas fuerte entre madre e hijo
- Tienen menor riesgo de padecer cánceres de mama y ovario
- El lactar ayuda a disminuir el peso de la madre
- Económicos al no gastar en formulas

