

# Universidad del Sureste

## Licenciatura en Medicina Humana

**Materia:**

**Crecimiento y desarrollo.**

**Trabajo:**

**Ensayo: Beneficios de la lactancia materna y principios básicos de la  
ablactación.**

**Docente:**

**Dr. Gerardo Cancino Gordillo.**

**Alumno:**

**Casto Henri Méndez Méndez**

**Semestre y grupo:**

**3 ° "A"**

**Comitán de Domínguez, Chiapas a; 27 de noviembre de 2020**

### **Beneficios de la lactancia materna en el pediátrico.**

La leche materna fomenta el desarrollo sensorial y cognitivo, y protege al niño de enfermedades infecciosas y enfermedades crónicas. La lactancia materna exclusiva reduce la mortalidad del lactante por enfermedades frecuentes en la infancia, tales como la diarrea o la neumonía, y ayuda a una recuperación más rápida de las enfermedades.

Le brinda protección extra contra todo tipo de infecciones y enfermedades, entre ellas: infecciones en el oído, infecciones respiratorias, diarrea, alergias, diabetes, obesidad, esclerosis múltiple, enfermedades virales y bacterianas e incluso algunos tipos de cáncer como la leucemia y el linfoma. Las niñas amamantadas también reciben protección contra cáncer de mama, además tienen menos problemas de caries y de deformaciones dentales. Los bebés que toman el pecho utilizan más de veinte músculos de la cara y la mandíbula, y los ejercitan más del doble que los bebés que toman biberón. Esto es muy importante porque "prepara" la boca, la lengua y la garganta para formar los sonidos necesarios para el lenguaje. Estudios han demostrado que la lactancia materna, previene la aparición temprana de sobrepeso y obesidad, el peso y la talla son más bajos en comparación con aquellos niños alimentados con fórmula, lo que indica que si el niño se alimenta con leche materna, crecerá de acuerdo con los estándares de crecimiento porque la ganancia de peso será más baja.

### **Beneficios de la lactancia materna para la madre**

La lactancia materna contribuye a la salud y al bienestar de las madres. Ayuda a espaciar los embarazos, reduce el riesgo de cáncer de ovario, cáncer de mama y osteoporosis, aumenta los recursos familiares, es una forma de alimentación segura, y carece de riesgos para el medio ambiente.

Inmediatamente después del parto, ayuda a reducir el riesgo de hemorragia posparto. A corto plazo, la lactancia materna retrasa el retorno a la fertilidad y a

largo plazo reduce la diabetes tipo 2. Los estudios también han descubierto vínculos entre el cese temprano de la lactancia materna y la depresión posparto en las madres. También ayuda a que la placenta sea expulsada con mayor rapidez. La succión del bebé al tomar del pecho en las primeras semanas después del parto ayuda al útero a regresar más rápidamente a su tamaño natural.

También ayuda a regresar al peso normal, ya que el cuerpo de la madre lactante utiliza alrededor de 400 a 500 calorías extras diariamente. La comodidad y la economía de tiempo y recursos también son aspectos a favor de la lactancia.

Nada que comprar, nada que esterilizar, nada que calentar. En cualquier lugar y a cualquier hora puede alimentar a su bebé.

Además de todas estas ventajas, existen también beneficios emocionales. El cuerpo de una mujer que está lactando produce oxitócina, que despierta en la madre una sensación de bienestar y sentimientos muy fuertes de cuidar, amar y proteger a su bebé. Esto la ayuda a responder mejor a las necesidades de su hijo. Otra hormona que producen las madres lactantes es la prolactina, la cual la ayuda a estar más tranquila y relajada. Una madre que amamanta a su bebé recibe muchas recompensas a cambio de un esfuerzo relativamente pequeño.

### **Beneficios nutricionales de la lactancia materna**

La leche materna proporciona todos los nutrientes, vitaminas y minerales que un bebé necesita para el crecimiento durante los primeros seis meses de vida; el bebé no necesita ingerir ningún otro líquido o alimento. Además, la leche materna lleva los anticuerpos de la madre, que ayudan a combatir las enfermedades. El acto de la lactancia materna en sí estimula el crecimiento adecuado de la boca y la mandíbula, y la secreción de hormonas para la digestión y para que el bebé se sacie. La lactancia materna crea un vínculo especial entre la madre y el bebé y la interacción entre la madre y el niño durante la lactancia materna tiene repercusiones positivas para la vida en lo que se refiere a la estimulación, la conducta, el habla, la

sensación de bienestar y la seguridad, y la forma en que el niño se relaciona con otras personas. La lactancia materna también reduce el riesgo de padecer enfermedades crónicas más adelante en la vida, tales como la obesidad, el colesterol alto, la presión arterial alta, la diabetes, el asma infantil y las leucemias infantiles. Los estudios han demostrado que los bebés alimentados con leche materna obtienen mejores resultados en las pruebas de inteligencia y comportamiento en la edad adulta que los bebés alimentados con fórmula