



**Nombre de alumnos: Oded Yazmin
Sánchez Alcázar**

**Nombre del profesor: Dr. Gerardo
Cancino**

**Nombre del trabajo: beneficios de
la lactancia materna y los principios
basicos de la ablactación**

PASIÓN POR EDUCAR

Materia: crecimiento y desarrollo

Grado: 3

Grupo: A

El presente ensayo es acerca de la lactancia materna y de los principios básicos de la ablactación, la lactancia materna es el mejor alimento que se puede ofrecer a un lactante es un alimento que se puede describir como un alimento inteligente ya que además de proporcionar los nutrientes esenciales para el lactante proporciona otros nutrientes con numerosas ventajas como pueden ser las inmunoglobulinas que defienden frente a algunas infecciones todo esto puede defender contra las diarreas o las infecciones respiratorias además también contiene enzimas que ayuda a la digestión del niño que en los primeros meses de la vida puede estar todavía un poco inmadura contiene también algunas hormonas que actúan como factores tróficos que le van a ayudar también al niño a madurar los diferentes sistemas, la leche materna va cambiando en su composición haciendo que el niño vaya regulando su propia ingesta es un alimento por tanto que además contiene omega 3 y omega 6 que son unos ácidos grasos que ayudan también al desarrollo del sistema nervioso central y a la maduración de su retina y que por lo tanto proporciona beneficios para el lactante es un alimento que también tiene sus ventajas porque está disponible en cualquier momento para el lactante no necesita que se hagan métodos de esterilización y por lo tanto se le puede considerar el mejor alimento que unos padres pueden ofrecer al niño, por otro lado con respecto a la ablactación es un momento en el cual se decide tomar alimentos diferentes a la leche la organización mundial de la salud recomienda que este momento sea entre los 4 y 6 meses de vida sin embargo se tienen que tomar otras condiciones para que sea una adaptación adecuada se debe iniciar la alimentación dependiendo de muchos factores no sólo del peso, el desarrollo neurológico ni la edad sino también por ejemplo sobre la existencia de alergias, mas aun se debe considerar cuando hay antecedentes de que el bebé previo o el hermanito previo o la mamá o el papá tuvieron alergias alimentarias se podía prolongar la ablactación hasta después del año de acuerdo a lo que el pediatra considere, porque la ablactación es un momento donde se preparara al bebé para alimentos diferentes, aprenderá a distinguirlos a saborearlos, a olerlos y el intestino a digerirlos.