

UNIVERSIDAD DEL SURESTE ESCUELA DE MEDICINA

MATERIA:

CRECIMIENTO Y DESARROLLO

CATEDRÁTICO:

DR. GERARDO CANCINO GORDILLO

PRESENTA:

ESTEFANY BERENICE GARCÍA ANGELES

TRABAJO:

ENSAYO

GRADO Y GRUPO:

3 ° B

LUGAR Y FECHA:

COMITÁN DE DOMÍNGUEZ, CHIAPAS. 28 DE NOVIEMBRE DE 2020

LOS BENEFICIOS DE LA LACTANCIA MATERNA Y LOS PRINCIPIOS BASICOS DE LA ABLACTACIÓN

La leche materna protege contra las enfermedades al niño puesto que la leche materna está llena de inmunoglobulinas que protegen a los bebés contra la neumonía, la diarrea, las infecciones del oído y el asma, entre otras enfermedades, el amantar después del nacimiento es importante ya que el sistema inmunitario de los recién nacidos aún no está del todo maduro, es por ello que se denomina a la lactancia materna como "la primera vacuna", esta primera vacuna reduce en casi 20% el riesgo de morir en el primer mes.

La leche materna ofrece protección inmediata, así como estimulación del sistema inmunológico. Durante el primer mes de vida, los bebés que no son amamantados tienen seis veces más probabilidades de morir en comparación con aquellos que sí lo son; entre los 9 y 11 meses aquellos que no son amamantados tienen 30% más de probabilidades de fallecer. Se estima que la lactancia materna subóptima causó 804.000 de las muertes de recién nacidos en 2011. La lactancia ayuda a prevenir el sobrepeso en los niños, la lactancia materna prolongada puede reducir el riesgo de sobrepeso y obesidad infantil en un 12%, lo que ayuda a combatir enfermedades crónicas graves asociados con estas condiciones.

La lactancia materna hace que los bebés sean más inteligentes, los adolescentes y adultos que fueron amamantados de niños obtienen de 2 a 5 puntos más en los indicadores de desarrollo cognoscitivo. La lactancia materna también se asocia a mayores logros educativos. Además, el amamantamiento por 6 meses, en comparación con 4 meses, mejora el desarrollo motriz de los bebés. La lactancia materna promueve el vínculo se asocia a una mayor capacidad de respuesta materna y a la seguridad emocional que brinda el vínculo.

LOS PRINCIPIOS BASICOS DE LA ABLACTACIÓN

La palabra ablactación tienen su origen del francés, prefijo latino “ab”, de Separación, y “lactare”, dar de mamar. Este término se refiere al proceso de inicio de introducción de alimentos diferentes a la leche en la dieta del lactante; la introducción de esos alimentos se realiza de manera gradual, a partir del sexto mes de vida. Lo anterior, no significa que se interrumpa la lactancia; sino que “se complemente” con alimentación adecuada

La alimentación del primer año de la vida se lleva a cabo en 3 etapas:

Período de lactancia: en el que la única fuente de nutrimentos es la leche (Humana o fórmula láctea).

Período transicional: es el período donde se introducen alimentos preparados especialmente para lactantes, además de la leche humana y se presenta el destete.

Período de alimentos modificado: en el cual se ofrece al lactante los alimentos disponibles para el consumo familiar (integración a la dieta familiar). La velocidad a la que progresa un lactante, a través de estos estadios se determina por la velocidad individual de maduración del sistema nervioso y digestivo.

El principal determinante de los requerimientos nutricionales de todo ser vivo es su velocidad de crecimiento. Es tan crítico satisfacerlos en esta etapa de la vida

I. Referencias

Centeno, B. A. (octubre de 2014). *UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR FACULTAD DE MEDICINA*. Obtenido de

<http://ri.ues.edu.sv/id/eprint/16893/1/ABLACTACION%20TEMPRANA.pdf>

OPS. (2020). Obtenido de

https://www.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=9328:breastfeeding-benefits&Itemid=42403&lang=es

UNICEF. (12 de agosto de 2019). *Beneficios de la lactancia materna*. Obtenido de

[https://www.unicef.org/Beneficios_de_la_Lactancia_Materna\(1\).pdf](https://www.unicef.org/Beneficios_de_la_Lactancia_Materna(1).pdf)