



Universidad del Sureste

Escuela de Medicina

Materia: Crecimiento y desarrollo

Presenta. Gabriela Gpe Morales Argüello

3oB

Ensayo

Dr. Cancino Gordillo Gerardo

Lugar y fecha

Comitán de Domínguez Chiapas 04/12/2020

Beneficios de la Lactancia materna

La lactancia materna en la primera hora de vida reduce en casi 20% el riesgo de morir en el primer mes. Los recién nacidos tienen un sistema inmunológico muy inmaduro y son altamente vulnerables. 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.

Amamantar inmediatamente después del nacimiento es importante porque el sistema inmunitario de los recién nacidos aún no está del todo maduro. Es por ello que muchas veces se denomina a la lactancia materna como "la primera vacuna".

Así como también tiene un alto beneficio con la madre, ya que se podrá establecer un vínculo entre el bebé y la mamá único, se demora el inicio del ciclo menstrual también disminuirá el riesgo de enfermedades como diabetes tipo 2, ciertos tipos de cáncer de mama y de ovarios y enfermedades del corazón.

B E N E F I C I O S

1. **Refuerza las defensas del bebé:** La leche materna proporciona una gran cantidad de defensas inmunológicas y estimula el desarrollo del propio sistema inmunológico del bebé.
2. **Gran concentración de nutrientes especiales para esa edad:** La leche materna ofrece la combinación ideal de nutrientes para el bebé, incluyendo las vitaminas, carbohidratos, proteínas y grasas que necesita.
3. **Se digiere y asimila con gran facilidad:** Esto previene incomodidades en el bebé, relacionadas con el proceso de maduración del sistema digestivo, como diarrea, estreñimiento y cólico.
4. **Disminuye el riesgo de desarrollar obesidad:** La leche materna contiene la cantidad exacta de nutrientes que requiere el bebé, quien la consume en cantidades autorreguladas, por lo que incrementa las probabilidades de desarrollar un peso adecuado al comer en cantidades necesarias para su organismo.
5. **Reduce la predisposición a enfermedades respiratorias y alergias:** De acuerdo con la OMS, los bebés que se alimentan con leche materna exclusivamente durante los primeros seis meses

de vida tienen menos infecciones en el oído, enfermedades respiratorias, molestias digestivas, intestinales y alergias a alimentos, factores ambientales y en la piel.

6. **Favorece el desarrollo mandibular, los dientes y el habla:** El acto de succión contribuye al desarrollo de la mandíbula del bebé, alcanzando una posición apropiada alrededor de los 8 meses.

Beneficios de la **Lactancia Materna**



BENEFICIOS para el bebé

1. La leche materna contiene todos los nutrientes que el bebé necesita durante los 6 primeros meses de vida.
2. Protege su sistema inmunitario.
3. Reduce el riesgo de asma y alergias.
4. Más fácil de digerir que la lactancia artificial.
5. Menor tasa de obesidad infantil.

La lactancia materna es un nexo de unión único entre madre e hijo

BENEFICIOS para la madre

1. La lactancia materna acelera la recuperación de la mamá.
2. Menor riesgo de hipertensión y depresión posparto.
3. Disminuye el riesgo de cáncer de ovario y mama.
4. Ayuda a la mineralización de los huesos.
5. Ahorro económico en la familia.

Webconsultas
Revista de salud y bienestar

Principios básicos de la Ablactación



¿Qué es? Es el proceso mediante el cual se introducen de manera progresiva alimentos distintos a leche materna a la dieta de un bebé.

La introducción de sólidos en la dieta del bebé debe llevarse a cabo de manera suave y paulatina e iniciarse en el sexto mes de vida.

¿ Por qué debemos introducir alimentos?

- **Desarrollo gastrointestinal:** el aparato Gastro intestinal se encuentra inmaduro, a partir del cuarto mes de vida, empezará a producirse sustancias (enzimas)
- **Desarrollo físico:** el periodo de habla actuación debe coincidir con la desaparición del reflejo, que trata de empujar con la lengua lo que se acerca a los labios.
- **Necesidades nutrimentales:** nutrimentos y energía para su acelerado desarrollo, para poder prevenir la carencia.



R • E • G • L • A • S

1. No eliminar la leche materna
2. Seleccionar alimentos frescos
3. Alimentos Semi-sólidos, sólidos y blandos
4. Incorporar el alimento de manera lenta
5. La higiene debe ser fundamental
6. No exagerar en la cocción
7. Los alimentos deben cocinarse con poca agua
8. La temperatura de la comida y alimentos debe ser templada
9. No agregar azúcar, sal o miel
10. La actitud al dar la comida debe ser con paciencia y suavidad



Alimentos que se deben evitar



Bibliografía:

[2FBeneficios_de_la_Lactancia_Materna\(1\).pdf&](#)

[Lactancia Materna - Conoce sus beneficios](#)

[Importancia de la lactancia materna - IMSS](#)

[PRINCIPIOS DE ORIENTACIÓN PARA LA ALIMENTACIÓN](#)

[www.saludvida.sld.cu > articulo > 2013/07/31 > la-abla.](#)

[La ablactación en la dieta de los niños | Año: 1 | No: 1](#)