



# **Universidad del Sureste**

## **Escuela de Medicina**

**Materia:**

**Crecimiento y desarrollo**

**Docente:**

**Dr. Gerardo Cancino Gordillo.**

**Tema:**

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

**Presenta:**

**Aldo Gubidxa Vásquez López**

**Lugar y fecha**

**Comitán de Domínguez Chiapas a 27/11/2020.**

## Beneficios de la lactancia materna

El primer año de la vida es un periodo de tiempo muy importante para el ser humano, este es el crecimiento más rápido, por lo tanto las demandas nutrimentales son mayores de lo habitual.

La alimentación es muy importante ya que conocer las características nutricionales de las personas, al igual que su grado de actividad constituya la base teórica sobre la que es preciso apoyarse para establecer una alimentación idónea para cualquier periodo del ciclo de la vida.

Según informes de la Organización Mundial de la Salud (OMS), “una dieta saludable ayuda a protegernos de la malnutrición en todas sus formas, así como de las enfermedades no transmisibles, como la diabetes, las cardiopatías, los accidentes cerebrovasculares y el cáncer”.

La leche materna es muy importante ya que esta nos proporciona anticuerpos, estos para que el recién nacido pueda aumentar sus defensas.

La leche materna es el alimento esencial e ideal para el bebé, ya que este contiene los elementos importantes que el bebé necesita para el crecimiento y desarrollo, así como también ayuda a la disminución de padecimientos alérgicos

La leche materna, proporciona vitaminas, hormonas, hidratos de carbono para poder brindarle la mejor alimentación al hijo.

Al igual que mejora el desarrollo motor del bebé, además que a bases de estudios se ha logrado observar que la leche materna se modifica dependiendo del requerimiento del bebé.

Otros beneficios de la leche materna son:

- Reduce mortalidad infantil
- Menores problemas digestivos
- Aumento del vínculo materno infantil
- Reduce enfermedades crónicas
- Reduce el riesgo de anemia

- Ayuda a prevenir la obesidad

La LM es el alimento ideal ya que no hay necesidad de que le demos cualquier otro alimento al bebe.



