

• Nutrición en actividades pediátricas.

Nombre del alumno: Andrea Candelaria Guillen  
Rodriguez

Catedrático:

Daniela Monserrat Méndez Guillen

7 "A"

Licenciatura en Nutrición

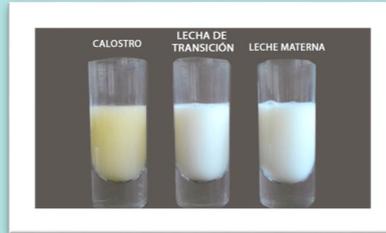
Comitán de Domínguez, Chiapas

16 de Octubre del 2020

# Importancia de la leche materna.



La leche materna es el primer alimento natural que todos los bebés recién nacidos reciben, el cual está formulado en ser el alimento idóneo para los bebés porque tiene un gran aporte significativo de toda la energía y los nutrientes que el niño necesita en sus primeros meses de vida hasta el primer año de vida.



El calostro es la leche que se produce durante los primeros 2 o 3 días después del parto, tiene un gran aporte de inmunoglobulinas que ayudan a proteger al bebé de numerosas enfermedades como alergias.

La leche de transición se produce después del calostro entre el quinto y décimo día, que tiene un aporte significativo de nutrientes.

Se produce a partir del décimo día con un volumen promedio diario de 700 a 800 ml.

La importancia de la leche materna es que contienen lactoferrina, lisozima, lactoperoxidasa que van a actuar como bacteriostáticos. Y sus beneficios radican tanto para el bebé como para la madre porque tiene grandes ventajas para ambos.

## La importancia de la leche materna para el bebé es que:

### Reduce la incidencia y la gravedad de las enfermedades:

- infecciosas.
- Meningitis bacteriana.
- Bacteriemia.
- Diarrea.
- Sepsis tardía en prematuros.
- Enterocolitis necrosante.
- Otitis media.
- Infecciones de las vías respiratorias.
- Infecciones urinarias.

### Disminuye la incidencia de:

- Asma.
- Alergias alimentarias.
- Enfermedad de Hodgkin.
- Hipercolesterolemia.
- Leucemia.
- Linfoma.
- Sobrepeso y obesidad.
- Síndrome de la muerte súbita del lactante.
- Diabetes tipos 1 y 2.



## La importancia de la leche materna para la madre es que:

- Disminuye la pérdida de sangre menstrual.
- Disminuye la hemorragia posparto.
- Reduce el riesgo de cánceres hormonales (mama y ovario).
- Favorece la recuperación rápida del peso previo al embarazo.
- Aumenta el intervalo entre embarazos.
- Favorece la rápida involución del útero.
- Reduce el riesgo de fractura de cadera y osteoporosis posmenopáusicas.
- Reduce el riesgo de padecer cáncer de mama o ovario.



La OMS asegura que la leche materna contribuye a la salud y al bienestar de las madres, reduce el riesgo de cáncer de ovario y mama, aumenta los recursos familiares y nacionales, es una forma de alimentación segura, y carece de riesgos para el medio ambiente.



La leche materna es el alimento ideal de los bebés porque tiene un aporte significativo de energía, nutrientes, proteínas (caseína), calcio, fósforo, antioxidantes, lo cual ayuda al bebé al crecimiento, desarrollo y protección contra alergias.



L. Kathleen Mahan, MS, RD, CDE,. Sylvia Escott-Stump, MA, RD, LDN and. Janice L Raymond, MS, RD, CD. (2012). Krause Dietoterapia. Barcelona, España: Elsevier España, S.L. Travessera de Gràcia, 17-21. 08021.

M<sup>a</sup> Agustina Alonso Álvarez, Margarita Alonso Franch, Almudena Aparicio Hernán, María Aparicio Rodrigo, Javier Aranceta Bartrina, M<sup>a</sup> Luisa Arroba Lasanta, Julio de Manueles . (2007 ). manual práctico de Nutrición en Pediatría. ....b: Ergon.