

# **NUTRICION Y ACTIVIDAD PEDIATRICA**

Licenciatura en nutrición  
Séptimo cuatrimestre

**Nombre del profesor**

Daniela Monserrat Méndez

**Nombre del alumno**

Andrea yuliana calvo López

**fecha**

16-oct-2020

# IMPORTANCIA DE LA LECHE MATERNA

## ¿QUE ES LA LECHE MATERNA?

Es una fuente natural diseñada en forma de elegante, ya que es el único alimento necesario para la mayoría de los lactantes



aporta el equilibrio exacto de macronutrientes, vitaminas, minerales y otros elementos que ayudan al bebe



## BENEFICIOS

también protege a los niños contra las caries, enfermedades respiratorias o estomacales

favorece el desarrollo cognitivo y sensorial del bebe, ya que a largo plazo asegura una buena salud para toda su vida

| BENEFICIOS DE LA LACTANCIA                                   |  |
|--|--|
| <b>PARA LA MADRE</b>   |  |
| Recuperación uterina post parto, y disminución del sangrado. |  |
| Aumento de las reservas de hierro.                           |  |
| Pérdida de peso.   |  |
| Metabolismo de calcio optimizado.                            |  |
| Disminución del riesgo de cáncer.                            |  |
| Ventajas económicas.   |  |
| Ventajas psicológicas.                                       |  |



## ¿AQUE AYUDA LA LECHE?

- ayudan a evitar que él bebe se enferme
- ayuda a reducir la absorción de bilirrubina y los problemas de bacterias
- proporciona los nutrientes necesarios
- proporciona anticuerpos de la madre y alarga el periodo de inmunidad natural

## ADVERTENCIA IMPORTANTE

la lactancia materna proporciona la mejor nutrición a los bebes ya que también disminuye el riesgo de desarrollar obesidad, crea un fuerte vínculo entre madre-hijo



## BIBLIOGRAFIA

q=aque+ayuda+la+leche+materna&tbm=  
beneficios+de+la+lactancia+materna&tbm=sic&

<https://www.google.com/search?q=lactancia+materna&source=lnms&tbm=isch&sa>

[https://www.google.com/search?q=lactancia+materna&source=lnms&tbm=isch&sa=Ved=2ahUKEwj117zJ6bXsAhUlrVkkHVDbCggQ\\_AUoAXoECCsQAw&biw=13](https://www.google.com/search?q=lactancia+materna&source=lnms&tbm=isch&sa=Ved=2ahUKEwj117zJ6bXsAhUlrVkkHVDbCggQ_AUoAXoECCsQAw&biw=13)