

MATERIA.

Nutrición y actividades pediátricas.

TRABAJO.

Súper nota

ALUMNA.

Perla de Belén Cáceres Rodríguez.

CATEDRÁTICO.

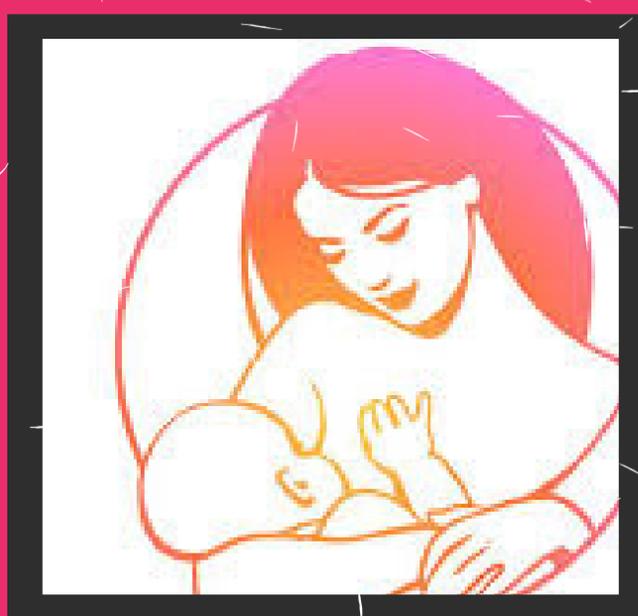
Daniela Monserrat Méndez.

7ºcuatrimestre de la licenciatura en nutrición.

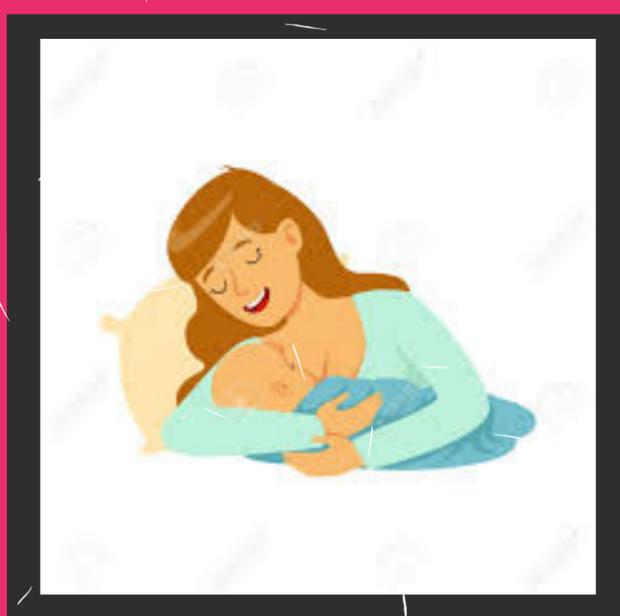
Comitán de Domínguez a 09 de octubre de 2020.

PERLA DE BELÉN CÁCERES
RODRÍGUEZ

LACTANCIA MATERNA



La leche materna es el primer alimento natural de los niños, proporciona toda la energía y los nutrientes que necesitan durante sus primeros meses de vida y sigue aportándoles al menos la mitad de sus necesidades nutricionales durante la segunda mitad del primer año y hasta un tercio durante el segundo año de vida.



La leche materna promueve el desarrollo sensorial y cognitivo, además de proteger al bebé de enfermedades infecciosas y crónicas. La lactancia natural exclusiva reduce la mortalidad infantil por enfermedades de la infancia, como la diarrea o la neumonía, y favorece un pronto restablecimiento en caso de enfermedad. La lactancia natural contribuye a la salud y el bienestar de la madre, ayuda a espaciar los embarazos, disminuye el riesgo de cáncer ovárico y mamario, incrementa los recursos de la familia y el país, es una forma segura de alimentación y resulta inocua para el medio ambiente.



Tiene las cantidades adecuadas de carbohidratos, proteínas y grasas. Proporciona las proteínas digestivas, minerales, vitaminas y hormonas que los bebés necesitan. Tiene anticuerpos que ayudan a evitar que su bebé se enferme.

El bebé tendrá menos alergias, infecciones del oído, gases, diarrea y estreñimiento, enfermedades de la piel (tales como eccema), infecciones estomacales o intestinales, problemas de sibilancias, enfermedades respiratorias, como la neumonía y la bronquiolitis.



La lactancia materna es a la vez un acto natural y un comportamiento que se aprende. Abundantes investigaciones demuestran que las madres u otras cuidadoras necesitan un apoyo activo para instaurar y mantener un amamantamiento adecuado. En 1992, la OMS y el UNICEF pusieron en marcha la Iniciativa «Hospitales amigos del niño» con la idea de favorecer la lactancia natural ayudando a las mujeres a ejercer el tipo de maternidad que lo propicia. Esta iniciativa está contribuyendo a que la lactancia natural exclusiva gane terreno en todo el mundo. Combinada con medidas de apoyo en todos los eslabones del sistema de salud, puede ayudar a las madres a mantener este modo de alimentación.

