

# UNIVERSIDAD DEL SURESTE

---

CARRERA:

**NUTRICIÓN**

MATERIA:

**NUTRICION EN EL EMBARAZO**

TEMA:

**INFOGRAFÍA CUALIDADES DE LA LECHE**

CATEDRATICO:

**BLASI LAURA**

ALUMNO:

**MONZÓN LÓPEZ LITZY BELÉN**

LUGAR:

**TAPACHULA, CHIAPAS**

# Infografía cualidades de la leche

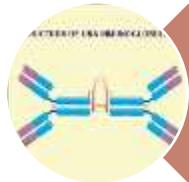
## CALOSTRO IMPORTANCIA Y BENEFICIOS



Es la primera secreción de la glándula mamaria, un líquido amarillento y espeso de alta densidad y poco volumen que se produce durante los primeros 3 a 4 días después del parto



Es rico en carbohidratos, lo que ayuda a prevenir la hipoglucemia del recién nacido.



Contiene inmunoglobulina A: una sustancia que protege las mucosas del intestino, la nariz y la garganta de tu bebé para frenar la entrada de virus y bacterias.



Es rico en anticuerpos que le protege de determinadas infecciones. Además, estimula su propio sistema inmunológico, ayudándole a madurar



Tiene un alto contenido en proteínas, minerales y vitaminas.



Leche de transición: se produce entre el 4 y 15 día posparto. Se observa un aumento del volumen progresivo hasta llegar alrededor de 600-700 ml/día entre el 8 y 15 día posparto. Esto puede variar según la mamá.

## Composición de la leche materna



Leche madura: se produce a continuación de la leche de transición. Se secreta en promedio alrededor de 700-900 ml/día durante los 6 meses posteriores al parto para luego descender a 500 ml/día durante los 6 meses siguientes



Constituyen el 0.9% de la leche materna (0.9 gr./100 ml). La leche humana contiene caseína, lactosuero (proteínas del suero), mucinas y nitrógeno no proteico



AGUA: La leche materna contiene 88% de agua aportando la cantidad necesaria que el bebé necesita durante el período de lactancia durante los primeros 6 meses. Por ello los bebés que están bajo lactancia exclusivamente durante los primeros 6 meses de vida no necesitan beber agua en forma adicional



Las vitaminas presentes en la leche materna cubren las necesidades del bebé pero son variables según el estado nutricional y el aporte de vitaminas que recibe la mamá.



CARBOHIDRATOS: La lactosa es el principal carbohidrato contenido en la leche materna en un promedio de 6-7 g/100 ml. Se produce en la glándula mamaria a partir de la glucosa. Contribuye al 40% de las calorías de la leche materna. También se encuentran presentes oligosacáridos neutros, glucoproteínas, glucosfingolípidos, aminoazúcares y acetilglucosamina.



Las grasas o lípidos de la leche materna forman el 3 a 5% de la misma son el componente más variable de la leche materna. La grasa representa entre un 40 a 50% del total de calorías de la leche materna y el bebé es capaz de absorberlas fácilmente

