



**Nombre de alumno:** Janeth López Gómez

**Nombre del profesor:** L.E. Nancy Domínguez Torres

**Nombre del trabajo:**

“ENSAYO”

LACTANCIA MATERNA

**Materia:**

Enfermería del Niño y Adolescente

**Grado:**

Quinto Cuatrimestre

**Grupo:**

Único



## LACTANCIA MATERNA

La leche materna es el alimento de elección durante los seis primeros meses de la vida para todos los niños, incluidos los prematuros, los gemelos y los niños enfermos salvo rarísimas excepciones, es sin duda la más adecuada y es especie específica; alimentar a los niños con otra leche diferente a la leche de madre es alimentarlos están muy lejos de poder ofrecer todas las ventajas de la leche de madre. El niño alimentado al pecho es el modelo de referencia que hay que seguir para evaluar el crecimiento, desarrollo y estado de salud de los niños, la leche de madre tiene un impacto beneficioso en la salud del niño, en el crecimiento y desarrollo, en la inmunidad, en aspectos psicológicos, sociales, económicos y medioambientales. Hoy por hoy la leche de madre sigue siendo una sustancia compleja que, a pesar de todos los esfuerzos que se han realizado en el campo de la investigación, sigue siendo en gran parte una desconocida y no se entienden bien sus mecanismos de acción. Pero la lactancia materna puede no ser posible para todas las mujeres. En muchas de ellas, la decisión de dar el pecho o el biberón al bebé se basa en criterios de comodidad, estilo de vida y situaciones médicas específicas, para las madres que no pueden amamantar a sus bebés o que deciden no hacerlo, las leches de fórmula también conocidas como leches infantiles o leches maternizadas son una alternativa saludable, las leches infantiles proporcionan a los bebés los nutrientes que necesitan para crecer y desarrollarse. A algunas mujeres les preocupa que, si no amamantan a sus bebés, no podrán forjar un vínculo emocional con ellos, pero lo cierto es que una madre que quiera a su hijo siempre creará un vínculo especial con él, y la alimentación del bebé sea de un tipo o de otro es un momento fenomenal para reforzar el vínculo con él. La decisión de amamantar o de dar el biberón a su bebé es algo muy personal. Tener en claro las ventajas y los inconvenientes de cada método le puede ayudar a decidir qué es mejor para usted y para su bebé, amamantar a un bebé puede ser una experiencia maravillosa tanto para la madre como para el bebé, y proporciona una nutrición ideal y una experiencia de vinculación muy especial para muchas madres.

Los bebés amamantados contraen menos infecciones y son hospitalizados menos veces que los niños alimentados con leches infantiles. En la lactancia materna, los anticuerpos y otros factores que luchan contra los gérmenes pasan de la madre al bebé y refuerzan el sistema inmunitario del pequeño, esto ayuda a reducir la incidencia de muchas infecciones. La leche materna también contiene, por naturaleza, muchas de las vitaminas y minerales que necesita un recién nacido, la única excepción es la vitamina D, aunque es recomendable que los bebés ingieran suficiente cantidad de leche enriquecida con vitamina durante los primeros dos meses de vida. La capacidad de alimentar completamente al bebé solo con leche materna puede ayudar a una madre a ganar seguridad en sí misma sobre su capacidad para cuidar de su pequeño. La lactancia materna también quema calorías de modo que las madres que amamantan a sus hijos recuperan la figura que tenían antes de quedarse embarazadas y pierden peso más deprisa, así mismo, los estudios indican que la lactancia materna ayuda a reducir el riesgo de cáncer de mama, hipertensión arterial, diabetes y enfermedades cardiovasculares, y es posible que también ayude a reducir el riesgo de cáncer de útero y de ovario. La lactancia materna puede ser fácil y sencilla desde el principio para algunas madres, pero a otras madres les puede costar un tiempo habituarse a ella, las madres y los bebés necesitan mucha paciencia para habituarse a la rutina de la lactancia materna, y entre las preocupaciones más frecuentes de las madres primerizas, sobre todo durante las primeras semanas o meses de lactancia, al principio, muchas mujeres no se sienten cómodas cuando dan el pecho a sus bebés, pero, con información apoyo y práctica, la mayoría de las madres supera esta etapa, el dolor de cuando el bebé se agarra al pecho es normal durante la primera semana hasta el décimo día, y debería durar menos de un minuto en cada toma, pero, si amamantar resulta doloroso durante toda la toma o se tienen los pezones o los senos doloridos, es una buena idea pedir ayuda a un asesor de lactancia materna o al médico, aunque muchas veces solo es cuestión de utilizar la técnica adecuada.

La lactancia materna exige una considerable cantidad de tiempo y dedicación por parte de la madre, sobre todo al principio, cuando los bebés se alimentan muy a menudo, el horario de las tomas o a la necesidad de extraerse leche utilizando una bomba durante el día puede crear dificultades a las madres que tienen que trabajar, hacer recados o viajar, los bebés amamantados necesitan alimentarse más a menudo que los alimentados con leche de fórmula porque la leche materna se digiere más deprisa. Las mujeres que dan el pecho deben tener cuidado con lo que comen y con lo que beben, ya que se lo pueden transmitir a sus bebés a través de la leche materna, al igual que durante el embarazo. La Lactancia Materna no solo es asunto de la madre, sino también de los familiares además involucra al personal de salud quien es el encargado de orientar y brindar durante el período de embarazo toda la información necesaria sobre su importancia, así como también saber identificar los posibles problemas y sus soluciones, con todo este apoyo se logrará una lactancia materna exclusiva y exitosa. La lactancia materna es una práctica que no requiere conocimientos científicos para ser llevada a cabo con éxito, sin embargo se hace necesaria la participación conjunta de cada actor social que puede intervenir en su fomento: escuela, centro de salud, instituciones comunitarias, autoridades y medios de comunicación.