



# “LACTANCIA MATERNA, ARTIFICIAL Y ABLACTACIÓN”.

ENFERMERÍA DEL NIÑO Y DEL ADOLESCENTE  
LIC. EN ENFERMERÍA

ALUMNA: DANIELA ALEJANDRA ROVELO MOLINA  
DOCENTE: ESTRELLA JANETTE GUILLEN DÍAZ

## **INTRODUCCIÓN**

En este apartado hablaremos sobre unas de las cosas vitales para nuestro crecimiento y desarrollo adecuado, que es la lactancia materna, todos sabemos que la lactancia materna es el alimento vital de los seres humanos, por lo tanto sabemos que es el proceso por el cual la madre alimenta a su hijo recién nacido a través de sus senos, que estos producen leche inmediatamente después del parto, es muy importante saber y tener en cuenta que el mejor alimento para el ser humano recién nacido es la lactancia materna ya que nos brinda todos los nutrientes y vitaminas necesarias para nuestro adecuado desarrollo además de que nos proporciona anticuerpos que nos ayuda para el proceso de inmunización a ciertas patologías, también se hablara de algunas razones por las cuales no sea beneficioso alimentar al bebé con leche materna; se hablara de lo que es la lactancia artificial, de los beneficios que contiene brindarle al recién nacido este tipo de alimentación como lo es en cierto caso de que presente patologías como galactosemia, en este caso se le brinda leche artificial especial y muy importante se mencionaran las desventajas que conlleva esta lactancia y la diferencia que tienen, por último y no menos importante conoceremos el tema a ciertos rasgos de lo que es la ablactación que tiene un comienzo a los 6 meses de edad, de lo importante que es comenzar a la edad adecuada, para el aporte necesario y adecuado de vitaminas conforme van apareciendo nuevas necesidades en el organismo de lactante y también de los alimentos que no se le pueden brindar para no provocar enfermedades y que así pueda llevar una correcta alimentación.

## Lactancia materna

La lactancia materna es el proceso por el que la madre alimenta a su hijo recién nacido a través de sus senos, la leche materna es el mejor alimento que una madre puede ofrecer a su bebé por ser el más completo, ya que además de contener todos los nutrientes que el bebé necesita para su crecimiento, incluye los anticuerpos maternos que inmunizan al frente a ciertas enfermedades. La leche materna es un alimento ecológico. La lactancia materna debe ser exclusiva y a demanda. Por ello, la leche materna se comporta como un fluido vivo y cambiante según los requerimientos del niño, modificándose así, tanto en composición como en volumen en función de las necesidades. Esta regulación la lleva a cabo sobre todo la demanda del niño y la succión que éste efectúe sobre las glándulas mamarias.

Podemos encontrar diferentes tipos de leche producidas por la glándula mamaria:

- **Calostro:** fluido amarillento y espeso, rico en proteínas, vitaminas liposolubles (E, A, K) y minerales como zinc, hierro, selenio, manganeso y azufre. También tiene un elevado contenido en inmunoglobulinas (IgA) entre otros factores defensivos que protegen al bebé al inicio de la vida. Su producción dura unos 4 días después del parto.
- **Leche de transición:** es la que se produce entre los días 4 y 15 después del parto. El inicio de este tipo de leche es el que denominamos la subida de la leche, y su volumen y composición irán cambiando hasta alcanzar la composición de la leche madura.
- **Leche madura:** es un alimento completo ya que contiene agua (88%); proteínas en cantidad adecuada para el crecimiento óptimo del niño, con una fuente importante de aminoácidos esenciales; hidratos de carbono, con la lactosa como principal azúcar entre otros oligosacáridos; grasas, que se encuentran en una proporción elevada (40-50%) ya que será la principal fuente de energía del bebé. También contiene todos los minerales y vitaminas que el niño necesita.

## Beneficios de la lactancia materna

Actualmente, hay estudios y evidencias científicas de sobra que enumeran todos los beneficios, a corto y largo plazo, que aporta la leche materna tanto al bebé amamantado como a la madre que amamanta. Entre ellos destacan:

- Alimento inocuo, asequible y fácil de conseguir
- Se adapta a las necesidades de cada momento
- Contiene componentes inmunológicos
- Es de fácil digestión
- Presenta una baja carga de solutos
- Reduce el riesgo de presentar síndrome de muerte súbita
- Propicia una buena salud durante toda la vida a los niños
- Mejores resultados en pruebas de inteligencia para adolescentes y adultos que fueron amamantados
- Ayuda a reducir la hemorragia postparto
- Favorece la involución del útero de la madre
- Ayuda a la madre a recuperar más rápido su peso normal y reduce las tasas de obesidad
- Reduce el riesgo de cáncer de mama y de ovario en el futuro
- Crea un vínculo afectivo madre e hijo.

Como conclusión de estos, existe evidencia suficiente para afirmar que los lactantes no amamantados están expuestos a un mayor riesgo de morbilidad y mortalidad y generan un importante coste económico y social.

### **Desventajas de la lactancia materna.**

Por otra parte, también existen los casos en los que la lactancia materna no está aconsejada y podría causar serios problemas tanto al bebé como a la madre. La Organización Mundial de la Salud (OMS), en una de sus publicaciones sobre “La Salud de la madre, el recién nacido, del niño y del adolescente”, describe cuales son estas condiciones de salud en las que no amamantar, de manera temporal o permanente, podría estar justificado:

- **Lactantes que no deben recibir leche materna ni otra leche excepto fórmula especializada:**

- ❖ Lactantes con galactosemia
- ❖ Lactantes con enfermedad de orina de jarabe de arce
- ❖ Lactantes con fenilcetonuria
- **Recién nacidos para quienes la leche materna es la mejor opción, pero pueden necesitar otros alimentos por un periodo limitado:**
  - ❖ Lactantes con un peso menor a 1500g
  - ❖ Lactantes con menos de 32 semanas de gestación
  - ❖ Recién nacido con riesgo de hipoglicemia
- **Afecciones maternas que podrían justificar que se evite la lactancia permanentemente:**
  - ❖ Infección por VIH
- **Afecciones maternas que podrían justificar que se evite la lactancia temporalmente:**
  - ❖ Enfermedad grave como por ejemplo septicemia
  - ❖ Herpes simple Tipo I (HSV-1)
- **Medicación materna:**
  - ❖ Medicamentos psicoterapéuticos sedativos, antiepilépticos, opioides y sus combinaciones
  - ❖ El uso de yodo radioactivo-131
  - ❖ Uso excesivo de yodo o yodóforos tópicos
  - ❖ Quimioterapia citotóxica



## Lactancia artificial

La lactancia artificial, también llamada lactancia con leche de fórmula, consiste en nutrir al pequeño con un producto alimenticio usado como sustitutivo parcial o total a la leche materna. Este tipo de leche proporciona un aporte adecuado de nutrientes para las necesidades del bebé.

Las fórmulas se obtienen a partir de la leche de vaca, pero se modifica para intentar acercarse lo más posible a la leche materna en cuanto a su contenido en proteínas, grasas, hidratos de carbono, vitaminas y sales minerales, así como otros micronutrientes. Se usa en ocasiones en las que la lactancia materna, por un motivo u otro, no es posible o resulta insuficiente. En este último caso se suele usar la lactancia mixta para que el bebé obtenga los nutrientes necesarios para su correcto desarrollo.

Existen varios tipos de leche de fórmula que se adaptan a las necesidades del bebé en función de su edad.

- **Leche etapa 1:** se trata de una fórmula de inicio que se emplea desde el nacimiento hasta los seis meses de edad.
- **Leche etapa 2:** llamada también leche de continuación, cubre las necesidades nutricionales de tu bebé a partir de los 6 meses como parte de una dieta diversificada. contiene una mezcla especial de DHA, hierro, calcio, zinc y vitaminas que apoya al crecimiento y el desarrollo del bebé. Asimismo, contiene fibra dietética que ayuda a unas heces menos duras. Se recomienda su uso hasta los 12 meses de edad.
- **Leche etapa 3:** también conocida como leche de crecimiento o preparado lácteo infantil, se utiliza a partir de los 12 meses de edad. cubre las necesidades nutricionales como parte de una dieta diversificada para niños de 1 a 3 años de edad. Se utiliza como parte de una dieta equilibrada para proporcionar una nutrición adecuada al pequeño.

## **Ventajas de la lactancia artificial.**

Todos los especialistas coinciden en que, siempre que sea posible, la mejor opción es alimentar al bebé mediante lactancia materna. Sin embargo, existen una serie de situaciones que la hacen muy difícil, y en ocasiones imposible.

Las razones más frecuentes por las que la madre suele optar por la leche de fórmula para alimentar a su bebé son:

- Cuando el recién nacido tiene un reflejo de succión débil, especialmente si se trata de un prematuro.
- Cuando la lactancia resulta muy dolorosa para la madre.
- Si, por causas mayores, se debe producir un distanciamiento entre la madre y el hijo.
- Cuando existen problemas de salud de la madre que requieren la administración de medicamentos incompatibles con la lactancia.
- Debido a la necesidad de reincorporarse al trabajo.
- Cuando se da la circunstancia de que la madre no tiene leche, si bien este caso es muy poco frecuente.

Las principales ventajas de la lactancia artificial son:

- Permite una mayor flexibilidad y libertad de movimientos a la madre.
- Permite conocer la cantidad exacta de leche que toma el niño.
- La madre no debe adaptar su propia alimentación en función de la lactancia.
- Los bebés alimentados con leche de fórmula no tienen la necesidad de comer tan a menudo, puesto que tardan más tiempo en digerir.

No obstante, el recurso a la leche de fórmula no tiene por qué ser exclusivo, sino que puede servir como complemento a la lactancia materna. En este caso, hablaríamos de lactancia mixta.

## **Desventajas de la lactancia artificial.**

- La principal desventaja de la lactancia artificial frente a la lactancia materna es que no tiene propiedades inmunológicas.
- Su digestión es más pesada y los bebés suelen sufrir más cólicos de gases o estreñimiento.
- Hay que desembolsar dinero por todos los elementos necesarios: biberones, esterilizadores o la propia leche.
- Hay que invertir tiempo en prepararla, probar su temperatura, preparar todos los objetos si hay que salir de casa y cargar con ellos.



## Ablactación

La ablactación es la administración de alimentos diferentes a la leche, que se proporcionan al bebé cuando sus necesidades nutricionales son mayores a las que pueden cubrir la leche materna o la fórmula. La introducción de sólidos en la dieta del bebé debe llevarse a cabo de manera suave y paulatina, e iniciarse en el sexto mes de vida.

Las razones por las que debemos introducir alimentos diferentes en la dieta de un bebé son las siguientes:

- **Necesidades nutrimentales:** Tu bebé necesita grandes cantidades de energía y nutrimentos para sustentar su acelerado desarrollo en esta etapa. Por lo que, a partir del sexto mes, es necesario complementar su alimentación para prevenir carencias, especialmente de algunos minerales como el hierro
- **Desarrollo gastrointestinal:** Durante los primeros meses de edad, el aparato gastrointestinal de tu hijo se encuentra inmaduro, por lo que su organismo sólo puede aprovechar lo nutrimentos que contiene la leche materna. A partir del cuarto mes de vida, empezará a producir sustancias (enzimas) que lo ayudarán a aprovechar los nutrimentos presentes en otros alimentos
- **Desarrollo físico:** El periodo de ablactación debe coincidir con la desaparición del reflejo de protrusión (empujar con la lengua lo que se acerca a los labios). Hay comportamientos que facilitarán su alimentación, por ejemplo cuando tu bebé pueda sostener su cabecita, coordinar el movimiento del labio inferior hacia adentro y sentarse solo o con ayuda.

El cambio de alimentación requiere ayuda y mucha paciencia. Lo primero es tener control sobre las posibles intolerancias alimenticias, es decir, cuando algún alimento produce diarrea, aumento de temperatura, estreñimiento u otro tipo de enfermedades al bebé. El organismo del bebé debe irse acostumbrando progresivamente.

## **Alimentos que debes evitar**

- Durante el primer año de vida evita los alimentos altamente alergénicos, cómo la clara de huevo, los chocolates, nueces, fresas, pistaches, pescados crudos y mariscos.
- El abuso de alimentos considerados de tradición popular como: atoles, jugo de arroz, jugo de carne, antojitos. El mal uso de ellos repercute en crecimiento y desarrollo del niño.
- La carne de cerdo, por el alto riesgo de contraer alguna poliparasitosis como: triquinosis, Teniasis (solitaria) y cisticercosis, y por la elevación del colesterol que también se manifiesta en los niños. La hipercolesterolemia y sus repercusiones no son exclusivas de los adultos.
- La yema de huevo cruda o tibia puede contener Salmonella, enfermedad causante de vómitos, diarreas, fiebre, malestar general, dolor abdominal, etc.

## **Papillas artificiales.**

Los alimentos envasados cumplen una función importante en nuestra vida moderna. Las papillas envasadas pueden servir cuando sales de viaje, etc.; además es de gran ayuda para las personas que trabajan.

## **Los primeros sólidos.**

La ablactación se inicia con alimentos semilíquidos, blandos y finalmente sólidos. En realidad no existe la necesidad de administrar alimentos sólidos antes de los cuatro meses, aunque no hay información confiable sobre la iniciación del bebé en la ingesta de alimentos sólidos.

## **Cantidades**

Cada bebé es diferente y su alimentación dependerá de su edad, peso, y talla, así como de la situación cultural y socioeconómica de los padres, por lo que las cantidades adecuadas son determinadas por los mismos bebés.

## **Alimentación diaria**

- Seis a ocho comidas al día durante las primeras tres semanas
- Cinco a seis comidas al día de uno a tres meses
- Cuatro a cinco comidas al día de tres a siete meses
- Tres a cuatro comidas al día de siete a nueve meses

La importancia de la ablactación es tal, que adquirir en el primer año de vida hábitos alimenticios sanos y equilibrados, le ayudarán al bebé a llevar una dieta saludable en los años venideros. Con respecto a las formas y maneras de preparar los alimentos, es conveniente tener en cuenta que los niños aprenden a diferenciar los distintos sabores de los alimentos durante la ablactación, por lo tanto no es conveniente condimentar las preparaciones. De esta manera reconocerán los aromas y sabores neutros y puros de cada alimento.

## **Consecuencias de retrasar la ablactación.**

La alimentación complementaria es obligatoria en cierta etapa del desarrollo del bebé, porque a medida que el niño crece, también aumentan sus necesidades nutricionales. Retrasar el inicio de este tipo de alimentación podría perjudicar el crecimiento adecuado. Sin embargo la recomendación de los expertos hasta hace pocos años obedecía a la idea de que la leche materna le aportará al niño todos los nutrientes que necesita en sus primeras etapas.

Para impedir que los niños padezcan alergias, es común que se recomiende la omisión de ciertos alimentos. No obstante no existen estudios que respalden el retraso de la administración de estos alimentos con el objetivo de minimizar respuestas autoinmunes.

## **Consecuencias de iniciar prematuramente la ablactación.**

Si se les brinda alimentos sólidos a los lactantes antes de la edad recomendada, pueden poner en riesgo su salud, la ablactación debe llevarse a cabo de manera suave y paulatina, e iniciarse en el sexto mes de vida; de lo contrario puede ocasionar problemas graves para el menor. Primero hay que entender que la ablactación es la administración de alimentos diferentes a la leche, que se proporcionan al bebé cuando sus necesidades nutricionales son mayores a las que pueden cubrir la leche materna o la fórmula.

Los especialistas advierten que iniciar antes de lo recomendado puede ocasionar al bebé serios problemas de salud:

- Incremento del riesgo de diarreas.
- Enfermedades infecciosas.
- Deficiencias nutricionales.
- Lesiones en el intestino.
- Aumento del riesgo de alergias.
- Intolerancias alimentarias.
- Retraso en el crecimiento y desarrollo.

Para saber si el lactante está listo para la introducción de sólidos en su dieta, además de la edad. Esta es una pequeña lista para saber si el lactante está listo para comenzar la ablactación:

- Se sienta con algún apoyo.
- Lleva las manos a la boca.
- Explora objetos con la boca.
- Sostiene su cabeza por sí solo.
- Apoya los codos estando boca abajo.
- Inicia movimientos de masticación.
- Se inclina hacia adelante al ver un alimento.

- Abre la boca al rozar sus labios con la cuchara.
- Domina el movimiento de tragar.



## **Conclusión.**

En este ensayo se habló de una de las cosas más importantes para el desarrollo del ser humano que es la lactancia materna como bien se habló anteriormente es el principal alimento del recién nacido, pues bien le brinda todos los nutrientes necesarios y adecuados a su edad, además que le proporciona anticuerpos que lo inmuniza a ciertas patologías, también se habló de lo que es la lactancia artificial de sus ventajas al igual que sus desventajas, nos menciona que la lactancia artificial no le proporciona al bebé los anticuerpos que ayudan a su sistema inmune; otro de los temas del cual se habló fue de la ablactación, en el cual se mencionan algunas recomendaciones sobre los alimentos y las cantidades de comida para proporcionarle al lactante, al igual se menciona lo importante de comenzar con la ablactación a la edad adecuada (6 meses) y de los riesgos al atrasarla o adelantarla. Es muy importante que el personal de salud domine y tenga conocimiento sobre estos temas ya que se debe de hacer mención de estos a los usuarios y resolver sus dudas, también se deberían de dar pláticas en el centro de salud, hospital o clínicas a las madres y padres primerizos o quienes acaban de tener a su bebé sobre todo lo que es la lactancia materna, artificial y lo que es la ablactación y recomendaciones sobre ello.