



Licenciatura en enfermería



Presenta:

Alondra Yoana Rodríguez González.

Docente:

Estrella Janett Guillen Díaz.

Trabajo 2:

Ensayo (lactancia materna y artificial).

Materia:

Enfermería del niño y el adolescente.

5°:

Cuatrimestre.

San Cristóbal de las casas, Chiapas

Abril 2021.



Introducción

Los nutrientes que necesitamos varían conforme vamos pasando por las diferentes etapas de nuestra vida, en la primera etapa de la vida la alimentación del bebé es súper importante ya es donde proporcionara y cubrirá las exigencias nutricionales, calóricas, de proteínas, grasa y también le ayudaran a su crecimiento y desarrollo tanto como físicamente, psicológicamente, emocionalmente y neurológicamente.

Cuando nacemos el alimento y el más importante es de la lactancia materna este es el proceso por el cual se da la alimentación con leche del seno materno. La leche materna es el alimento ideal para el bebé, ya que contiene todos los elementos nutritivos que necesita para su crecimiento y desarrollo, así como nos aportan sustancias que nos protegen contra enfermedades, infecciones y alergias. Cabe recalcar que también es importante conocer otras medidas que existen en caso que la madre no pueda amamantarlo por diversos motivos o elija no hacerlo, la lactancia artificial o leche de fórmula es una manera de que el lactante pudiese alimentarse, existen distintos tipos de leche artificial, que pueden asemejarse a la leche materna, puede tener ventajas para la madre y para el niño, pero también veremos las desventajas que esto puede traer.

A como el niño va creciendo sus necesidades nutricionales van aumentando y el seguir con la alimentación y saber en qué momento inicial una ablactación adecuada y sobre todo que alimentos podemos integrar en la alimentación del bebé es de gran importancia, porque nos ayuda a complementar su crecimiento y desarrollo, ya que como van creciendo va incrementando la necesidad de un aporte energético y nutricional, por lo que una alimentación exclusiva aparte de la leche materna o artificial le ayudaran.

Lactancia materna y artificial.

La lactancia materna es acto por el que la madre alimenta y nutre a su bebé recién nacido con la leche producida por sus mamas. Este alimento es ideal para el recién nacido por qué ayuda a desarrollar el cuerpo y la inteligencia de los niños, ya que la leche materna tiene una composición bastante compleja la cual contiene todas las proteínas, grasas, vitaminas y demás elementos indispensables para la alimentación de un recién nacido y sigue siendo una fuente importante de nutrientes por lo menos hasta los dos años.

La leche materna contiene todos los nutrientes indispensables para la alimentación del niño; además, posee los elementos que lo protegen contra las infecciones, la alimentación artificial puede ser la fuente de múltiples problemas, tanto para el niño como para la familia a leche materna no siempre tiene la misma composición, sino varía:

- Según la edad del niño amamantado, puede ser calostro o leche madura.
- Si se trata de la leche del comienzo de la mamada o del final de la misma.
- Si el niño es un niño prematuro o un niño a término.

Calostro y leche madura.

El calostro se conoce como la secreción de los pechos durante los primeros días después del parto esta se puede presentar en un color más amarilla y más espesa que la leche madura, ya contiene más anticuerpos y más leucocitos, los cuales se encuentran en una composición muy alta. Esto es exactamente lo que el niño necesita en ese momento, ya que al nacer se va a encontrar rodeado de muchos virus y bacterias contra los cuales necesita ser protegido. A lo largo de las semanas que siguen al parto, aumenta la cantidad de leche que la madre produce, y la apariencia y composición de ésta cambian. Se vuelve menos espesa y comienza a verse azulosa y aguada. A pesar de su aspecto, la leche madura contiene todos los nutrientes que el niño necesita para crecer durante los primeros cuatro a seis meses, sin recibir nada más. Estos nutrientes son de excelente calidad y en suficiente cantidad, para que el niño los siga recibiendo, junto con los alimentos complementarios, por un

tiempo largo; es recomendable seguir amantando hasta los dos años de vida y durante un período más largo, si la madre y el niño así lo desean.

Como ya mencione la leche materna no sólo aporta todos los nutrientes que los lactantes necesitan para un desarrollo sano sino que, además, es inocua y tiene anticuerpos que ayudan a conformar el sistema inmunológico del recién nacido y lo protegen frente a infecciones frecuentes en la infancia, además esta contiene más ventajas tanto para el como para la madre y la familia, las cuales son:

Ventajas de la lactancia materna.

- El calostro es una leche muy valiosa porque: tiene todos los elementos necesarios para nutrir al niño desde su nacimiento; lo protege contra infecciones y otras enfermedades, son más sanos; tiene las dosis de vitamina A y otros micronutrientes,
- Ayuda a desarrollar el cerebro humano ya que este se desarrolla casi completamente en los primeros 2 años de vida.
- Protege de la muerte súbita del lactante.
- Favorece el desarrollo y le da al niño o niña el alimento que necesita para estar bien nutrido.
- También los protege contra las infecciones y enfermedades.
- No hay ningún alimento más completo que la leche de la madre para que un niño o niña crezca protegida, inteligente, despierta y llena de vida. La leche materna que le es proporcionada al niño ayuda a un buen desarrollo de los labios y de la cavidad oral del niño.
- En el orden biológico la alimentación al pecho mitiga, la ruptura de la absoluta dependencia del niño a su madre.
- En la lactancia materna los lípidos naturales se digieren y absorben muy bien a diferencia de cuando se emplean formulas lácteas con las que se induce frecuentemente al estreñimiento.
- Ayuda al correcto desarrollo de la función renal
- Los anticuerpos y las propiedades inmunológicas que la madre trasmite al bebe a través de la leche materna ayudan a disminuir la incidencia de muchos trastornos incluyendo: las infecciones de oído, la diarrea, las

infecciones respiratorias, la meningitis, las alergias, el asma, la diabetes, entre otras muchas enfermedades.

- La lactancia materna previene la desnutrición y obesidad ya que contiene lipasas, enzimas que ayudan a digerir las grasas.
- No menos importantes que las anteriores son las ventajas que se derivan de la lactancia natural sobre el desarrollo afectivo, emocional ya que favorecerá las relaciones contractuales entre la piel de la madre y la del niño,
- Ayuda a la economía de la familia, ya que la leche materna es gratis.
- Ayuda que la placenta de la madre sale con más facilidad y rápidamente, la hemorragia es menor, disminuye el riesgo de anemia, la matriz recupera rápidamente su tamaño normal, la madre tendrá pechos menos congestionados cuando baje la leche, la madre no tendrá fiebre con la bajada de la leche.
- Las mujeres que amamantan a sus hijos o hijas tienen menos riesgo de cáncer en el seno o en los ovarios

También hay algunas desventajas por las cuales las madres prefieren no dar de amamantar a sus bebés las cuales son:

- La madre tiene menos tiempo libre.
- Requiere más tiempo y dedicación de la madre ya que los bebés necesitan más tomas en menos tiempo.
- Los primeros días existen molestias hasta que se desarrolle una buena técnica.
- La madre debe tener cuidado con los medicamentos que toma y no deben de tomar cafeína ni alcohol.
- La madre necesita tomar más líquidos.
- Tiene que amamantar al niño, en cada que le él no necesite.
- puede ser un impedimento si la madre trabaja.
- Puede ocasionar cansancio a la madre.

Lactancia artificial

La lactancia artificial consiste en alimentar al bebe con fórmulas lácteas, esta alimentación se da a través del uso del biberón, para los niños que no toleran este tipo de leche existen otros productos sustitutivos. Durante los primeros 6 meses de vida se utiliza una formula adaptada de inicio tipo 1, a partir de los 6 meses se pasa a una fórmula de continuación de tipo 2. Cada uno de estos tipos de formula contiene los nutrientes necesarios para que el niño tenga un correcto desarrollo en cada una de las fases de crecimiento. Las leches artificiales intentan reproducir en la medida de lo posible las propiedades y la composición de la leche materna utilizando una compleja combinación de proteínas, azúcares, grasas y vitaminas.

La lactancia artificial cuenta con varias ventajas y/o recomendaciones, tales son:

Ventajas de la lactancia artificial

- Previene las enfermedades transmisibles como es el caso de riesgo de infección por VIH, tuberculosis activa, la toma de drogas, cáncer de mama y trastornos psiquiátricos de la madre.
- La madre obtiene mayor independencia; sobre todo para aquellas madres que trabajan.
- Cualquiera de los dos progenitores puede darle el biberón al bebé y en cualquier momento, esto permite que la madre comparta la responsabilidad de alimentar al bebe con el padre y ayuda a este último a involucrarse más en la alimentación del bebe, algo crucial en el proceso de formación del vínculo de apego.
- La mujer no tiene que preocuparse si está tomando algún medicamento.
- Tiempo invertido y frecuencia de las tomas, puesto que la leche artificial se digiere más despacio que la materna, pueden espaciar más la toma que los amamantados.

Pero también se presentan las desventajas que esta puede ser:

- Desgaste físico en las madre
- Este no tiene propiedades inmunológicas.

- la digestión del bebe es más pesada y suelen sufrir más cólicos de gases o estreñimientos.
- Económicamente afecta a la madre, porque hay fórmulas que son muy caras.

Ya sea que elijas cualquiera de las dos técnicas de alimentar al niño, pues bueno conocer los benéficos o desventajas que cada una trae.

Recomendaciones para una correcta ablactación

También es importante conocer a que edad es bueno comenzar con la alimentación complementaria para el niño, las consecuencias que esta trae si se hace a muy temprana edad.

La alimentación durante la primera infancia es fundamental para sentar las bases alimentarias para resto de la vida. Las recomendaciones sobre la edad en la que empezar la alimentación complementaria varían pero es recomendable introducir de los alimentos alrededor de los 6 meses de edad, pueden ir empezando con pequeñas porciones de alimentos en forma de puré y así poco a poco él bebé empezara a incorporar sabores y texturas. En la siguiente tabla se muestra algunas recomendaciones de cómo ir incluyendo los alimentos conforme la edad de niño.

RECOMENDACIONES PARA LA ALIMENTACIÓN DE LA NIÑA Y DEL NIÑO MENOR DE CINCO AÑOS				
MENOR DE 6 MESES DE EDAD	6-8 MESES	9-11 MESES	12-24 MESES	2 AÑOS O MAS
<p>1. Dar leche materna todas las veces que el/la niño/a quiera, de día y de noche, por lo menos 10 veces al día.</p> <p>2. En cada mamada motive a su bebé a que vacíe el pecho y luego ofrézcale mamar del otro pecho.</p> <p>3. En la siguiente mamada se debe iniciar con el pecho que alimento por última vez a su niña/niño. No le de agua, ni otra leche, líquidos o solidos a su niña/o.</p>	<p>Dar leche materna todas las veces que el/la niño/a quiera, de día y noche. Iniciar a dar la alimentación complementaria:</p> <p>1. Dar alimentos suaves, deshechos como papilla, arroz, papa, tortilla, frijol.</p> <p>2. El huevo puede agregarse diariamente de no encontrarse antecedentes de alergias en la familia.</p> <p>3. Empezar a dar una vez al día, 2-3 cucharadas de un solo alimento por tres o cuatro días seguidos.</p>	<p>1. Darle todos los alimentos disponibles en la familia, como: huevo, tortilla, frijol, arroz, papa o plátano, derivados lácteos, carne, pollo y pescado.</p> <p>2. Dar leche materna todas las veces que el/la niño/a quiera, de día y de noche.</p> <p>3. Dar alimentos finamente picados.</p> <p>4. Dar al menos ½ taza u 8 cucharadas de comida en cada tiempo.</p> <p>5. Dar 3 tiempos de comida más 1 merienda como: fruta, tortilla, o plátano frito.</p>	<p>1. Dar todos los alimentos disponibles en la familia, corte los alimentos en trozos si es necesario.</p> <p>2. Dar 3 tiempos de comidas y 2 meriendas. En cada tiempo de comida no menos de ¼ de taza o 10 cucharadas de comida más tortilla o plátano.</p> <p>3. Dele además 2 meriendas pueden ser: tortilla con frijol, plátano frito, frutas o cualquier alimento que tenga la familia.</p> <p>3. Dar leche materna hasta la edad de 2 años o más, todas las veces que el/la niño/a quiera, de día y de noche y después de las comidas.</p> <p>4. Aliméntela/o en su propio plato.</p> <p>5. Háblele amorosamente, mirela/o a los ojos y motívela/o a comer.</p> <p>6. Después de alimentarla/o ofrézcale un poco de agua.</p>	<p>1. Dar 3 comidas diarias de lo mismo que se sirve a la familia.</p> <p>2. Dele además 2 meriendas por día.</p> <p>3. Dar leche materna todas las veces que el/la niño/a quiera después de las comidas.</p> <p>4. Dar un alimento frito en el día.</p> <p>5. Háblele amorosamente, mirela/o a los ojos y motívela/o a comer.</p> <p>6. Después de alimentarla/o ofrézcale un poco de agua.</p>
<p>última vez a su niña/niño. No le de agua, ni otra leche, líquidos o solidos a su niña/o.</p>	<p>3. Empezar a dar una vez al día, 2-3 cucharadas de un solo alimento por tres o cuatro días seguidos.</p> <p>4. A los 7-8 meses dar alimentación hasta 3 veces al día entre las mamadas, por cada tiempo de comida 4-6 cucharadas. Puede agregar pollo y/o higaditos de pollo, cocidos y molidos.</p> <p>5. Utilizar alimentos mezclados y suaves como: arroz con frijoles, tortilla con frijol.</p> <p>6. Si le dá sopas, aplastar el alimento con un poco de caldo. Darle la mezcla tipo pure.</p> <p>7. Déjelo que trate de alimentarse por sí misma/o, pero ayúdele.</p>	<p>comida en cada tiempo.</p> <p>5. Dar 3 tiempos de comida más 1 merienda como: fruta, tortilla, o plátano frito.</p> <p>6. Aliméntela/o en su propio plato.</p> <p>7. Háblele amorosamente, mirela/o a los ojos y motívela/o a comer.</p> <p>8. Después de alimentarla/o ofrézcale un poco de agua.</p>	<p>cualquier alimento que tenga la familia.</p> <p>3. Dar leche materna hasta la edad de 2 años o más, todas las veces que el/la niño/a quiera, de día y de noche y después de las comidas.</p> <p>4. Aliméntela/o en su propio plato.</p> <p>5. Háblele amorosamente, mirela/o a los ojos y motívela/o a comer.</p> <p>6. Después de alimentarla/o ofrézcale un poco de agua.</p>	<p>a los ojos y motívela/o a comer.</p> <p>6. Después de alimentarla/o ofrézcale un poco de agua.</p>

La introducción temprana puede causar una serie de complicaciones en la salud del bebé como:

- Aparte de la aparición de alergias alimentarias
- el aparato digestivo es aun inmaduro: lo cual y ni es capaz de digerir los alientos.
- además del aparato digestivo el aparato renal es decir, su capacidad de excreción a través de los riñones.
- el riesgo de atragantamiento.

Conclusión

Ya sea que elijas cualquiera de las dos técnicas de alimentar al niño, pues es bueno conocer los beneficios o desventajas que cada una presenta, lo importante es que se dé el correcto crecimiento y desarrollo para el bebé, a mi punto de vista y al ver todos los beneficios que la leche materna proporciona, es la mejor porque no solo ayuda al lactante sino también a la madre.

La lactancia materna representa el mejor alimento para el niño en sus primeros meses de vida, como alimento único, y ofrece tales ventajas insuperables que ningún otro sustituto puede superar, además la lactancia materna, favorece el crecimiento y desarrollo integral del bebé, no solo por los nutrientes que le brinda, sino también porque la madre le da afecto, calor y seguridad, por otro lado la lactancia artificial nunca podrá reemplazar el vínculo materno que genera el amamantamiento y la protección que contra infecciones y enfermedades. Y aparte de la leche artificial de fórmula que suele usar un lactante, existen otros tipos de leches especiales para bebés con alergias alimenticias, en casos donde no se tolera las proteínas de la leche normal para el lactante.

Una buena nutrición es la base fundamental para el ser humano y en especial en la etapa de la primera infancia, el conocer cómo y cuándo se va introduciendo los alimentos complementarios al bebé para poder complementar las necesidades nutricionales del niño, el empezar la alimentación temprana puede causar infecciones gastrointestinales, entre otras alteraciones que pueden afectar al niño.

Es recomendable que la introducción de los alimentos se vaya haciendo lentamente para que se vayan integrando poco a poco y organismo lo baya procesando, hay que empezar integrando alimentos en papillas y purés de verduras, frutas, pero eso si no suspender la lactancia materna o artificial.

Bibliografía

Arthur I, E. M. (10 de enero de 2012). Laila lactacia materna y articial . beneficios y desventajas . Internet del Servicio de Pediatría del, BERLIN , ESPAÑA: online.

B, E. C. (09 de MARZO de 2012). Manual original:UNIFEC ONDURAS. ONDURAS.