



**UNIVERSIDAD DEL SURESTE**

**ENFERMERÍA DEL NIÑO Y DEL ADOLESCENTE**

**“LACTANCIA MATERNA Y ARTIFICIAL”**

**DOCENTE: ESTRELLA JANETTE GUILLEN DÍAZ**

**ALUMNA: ESTEFANÍA DEL CARMEN PÉREZ  
SÁNCHEZ**

**LICENCIATURA EN ENFERMERÍA**

**QUINTO CUATRIMESTRE**





## INTRODUCCIÓN

La leche materna está considerada el alimento óptimo para los niños. Y es que 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. Son bien conocidas las ventajas de la lactancia materna (LM), es beneficiosa para el lactante, reduce sus probabilidades de padecer diabetes y sobrepeso u obesidad en un futuro, entre otros beneficios. También es beneficiosa para la madre, reduce la incidencia de la depresión posparto y el riesgo de padecer cánceres de ovario y de mama, y facilita la involución del útero en el posparto, minimizando a su vez el riesgo de hemorragia posparto

La leche artificial es una leche de vaca modificada que intenta asemejarse lo más posible a la leche materna, es decir, se intentan añadir todos los nutrientes presentes en la leche materna que no están presentes de forma natural en la leche de vaca, para que así el niño pueda obtener efectos parecidos a los del lactante amamantado. Actualmente todavía no se puede añadir la función inmunológica presente en la leche materna.

Por eso mismo, en la siguiente información se ha recolectado los más importante para abarcar los puntos sobre la lactancia materna y artificial, agregando las ventajas y desventajas de estos, también se habla sobre la ablactación esta es la alimentación complementaria, es el proceso que comienza cuando la leche materna por sí sola ya no es suficiente para satisfacer las necesidades nutricionales del lactante, y por tanto se necesitan otros alimentos y líquidos, además de la leche materna.



## LACTANCIA MATERNA

La lactancia materna es la forma ideal de aportar a los niños pequeños los nutrientes que necesitan para un crecimiento y desarrollo saludables. Prácticamente todas las mujeres pueden amamantar, siempre que dispongan de buena información y del apoyo de su familia y del sistema de atención de salud.



## LACTANCIA ARTIFICIAL

La lactancia artificial o fórmulas adaptadas, son productos alimenticios utilizados como sustitutivos totales o parciales de la leche humana, que proporcionan un aporte adecuado de nutrientes para la necesidad del lactante.



## VENTAJAS Y DESVENTAJAS DE LA LACTANCIA MATERNA

### CALOSTRO

- ✚ Se produce durante los primeros 3 a 4 días después del parto.
- ✚ Es un líquido amarillento y espeso, de alta densidad y poco volumen.
- ✚ En los primeros días postparto el volumen producido es de 2 a 20 ml por mamada, siendo esto suficiente para satisfacer las necesidades del recién nacido.
- ✚ El calostro contiene menor cantidad: Lactosa, grasa y vitaminas hidrosolubles que la leche madura
- ✚ Pero mayor cantidad de: Proteínas, vitaminas liposolubles, carotenos y algunos minerales como sodio y zinc

### VENTAJAS

- ✚ El calostro es la primera leche que produce la madre después del parto, lo protege contra infecciones, enfermedades y es un laxante natural para el recién nacido.
- ✚ La leche materna garantiza el crecimiento, desarrollo e inteligencia del niño y fortalece el vínculo afectivo.
- ✚ La leche materna protege al niño de alergias, enfermedades de la piel, desnutrición, obesidad, diabetes juvenil y deficiencia de micronutrientes.
- ✚ Consigue el mayor rendimiento nutritivo con la menor sobrecarga metabólica



## DESVENTAJAS

Las desventajas de que el bebé consuma leche materna son prácticamente nulas, pero si queremos mencionar algunas desventajas en general básicamente podemos asegurar que las únicas desventajas no están enfocadas precisamente en el bebé y el que consuma leche, sino que dichas desventajas están más relacionadas con situaciones de la vida diaria de la madre. Podemos mencionar las siguientes:

- ✚ La madre, al ser la única que puede amamantar al bebé tendrá ciertas limitaciones en sus tareas diarias, principalmente si trabaja. Deberá tener en cuenta que esta actividad formará parte de su vida dentro de los siguientes dos años o menos.
- ✚ En muchas ocasiones resulta incómodo amamantar a un bebé en un lugar público pero la realidad es que este aspecto ha venido perdiendo peso debido a la misma madurez de la sociedad con el paso del tiempo, por lo que prácticamente este tema puede no considerarse como desventaja.

## VENTAJAS Y DESVENTAJAS DE LA LACTANCIA ARTIFICIAL

### VENTAJAS

Aunque en ningún caso es comparable con la leche materna, la lactancia artificial puede tener ciertas ventajas.

- ✚ 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 bebé con el padre y ayuda a este último a involucrarse más en la atención del bebé, 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.



## DESVENTAJAS

Hay algunas **desventajas de la leche de fórmula** en las que no se repara hasta que se comprueban directamente porque, sin ser asunto de gravedad, si afectan al día a día de los responsables de la alimentación del recién nacido.

- ✚ **La elección de la leche.** Existe tal cantidad y tipos de leche de fórmula para el bebé en el mercado que ha acabado por convertirse en uno de los inconvenientes de la leche artificial. No sólo se trata de la variedad de marcas y precios, está también el tipo concreto: de inicio, de continuación, de crecimiento, hipoalergénica, anticólico, para el estreñimiento, para los problemas de reflujo
- ✚ **La preparación de las tomas.** Desde el tipo de agua que se usa, a cómo se calienta, si se puede conservar o la cantidad que hacer. También cuál es la postura correcta y la temperatura de la leche.
- ✚ Ninguna de las leches artificiales ha conseguido una formulación que le transmita las defensas vivas que sí forman parte de la leche materna. Carece de los anticuerpos que pueden protegerle de determinadas infecciones.
- ✚ Además, otro de los inconvenientes de la leche de fórmula es que es menos digestiva. El proceso de asimilación del organismo del bebé es más lento con estos preparados y puede dar lugar a gases o estreñimiento. Además, parece estar relacionada con un mayor porcentaje de intolerancias y alergias alimentarias en los niños.
- ✚ La última de las desventajas de la leche artificial incide en que hay que tener especial cuidado con el tema de la higiene y esterilización a la hora de preparar los biberones. Existe un riesgo de que el bebé adquiera hongos.



## RECOMENDACIONES PARA EL INICIO DE LA ABLACTACIÓN

Es el proceso mediante el cual se introducen a la dieta del niño, de manera progresiva, alimentos diferentes a la leche (alimentación complementaria), hasta incorporarlo a la dieta familiar.

Para poder ingerir alimentos diferentes a la leche, es conveniente que el organismo tenga la maduración necesaria a nivel neurológico, renal, gastrointestinal e inmune.

Se considera que un bebé está preparado cuando adquiere las destrezas psicomotoras que permiten manejar y tragar de forma segura los alimentos. Como cualquier otro hito del desarrollo, no todos los niños lo van a adquirir al mismo tiempo, aunque en general estos cambios suelen ocurrir en torno al sexto mes. Se requiere:

- ✚ Presentar un interés activo por la comida.
- ✚ La desaparición del reflejo de extrusión (expulsión de alimentos no líquidos con la lengua).
- ✚ Ser capaz de coger comida con la mano y llevarla a la boca.
- ✚ Mantener la postura de sedestación con apoyo.

Edad (meses)	6-7 meses	7-8 Meses	8-12 Meses	>12 Meses
Textura	Puré y papillas	Purés, picados finos, alimentos machacados	Picados finos, trocitos	Incorporar a la dieta familiar en trozos (ajustado a la edad)
Alimentos	Carne, cereales, verduras y frutas. Inicio consumo de agua	Agregar legumbres	Agregar derivados de la leche, huevo y pescado	Agregar frutas cítricas **, leche entera, embutidos, pescados y mariscos **
Frecuencia	2 a 3 veces al día	3 veces al día	3 a 4 veces al día (una colación)	3 a 5 veces al día (dos colaciones)
Volumen de leche/día	500 mL/día	500 mL/día	500 mL/día	500 mL/día
Requerimiento energía/día (Kcal/día)	640-750	700-774	667-705	580-894



El alimento principal sigue siendo la leche materna, por lo que se deberá ofrecer el pecho a demanda y con frecuencia, o la leche de fórmula en caso de no ser amamantado.

La introducción a la alimentación complementaria es un proceso gradual. Inicialmente las porciones han de ser pequeñas y se aumentan progresivamente conforme crece el niño, mientras se mantiene la lactancia materna. Debe tenerse en cuenta que la cantidad (peso o volumen) puede ser diferente en función de la densidad energética del alimento ofrecido.

Los cuidadores deben ofrecer comida sana, nutritiva y segura, y el lactante es el que decide cuánta cantidad come. Los alimentos complementarios deberían aportar la suficiente energía, proteína y micronutrientes de manera que, junto a la lactancia materna o artificial, cubran todas las necesidades del niño en esta etapa. Al igual que ocurre durante el periodo de LM exclusiva, durante el periodo de AC es igualmente importante respetar las señales de hambre y saciedad del lactante. La OMS recomienda seguir los principios de la alimentación perceptiva, sin forzar a comer o distraer.

**Consistencia** Se recomienda aumentar progresivamente la consistencia de los alimentos y comenzar con texturas grumosas y semisólidas lo antes posible, nunca más tarde de los 8-9 meses. A los 12 meses, el lactante ya puede consumir el mismo tipo de alimentos.

#### Recomendaciones

- ✚ Respetar su ritmo de desarrollo y permitir cierta autonomía, según sus capacidades. Tolerar un cierto desorden apropiado para su edad
- ✚ No interpretar como permanente un rechazo inicial a un nuevo alimento. Seguir ofreciendo en los siguientes días o semanas sin presionar. La exposición regular y gradual a los alimentos favorece su tolerancia y aceptación, a corto y largo plazo
- ✚ La cantidad es variable de unos niños a otros y según las circunstancias. Respetar los signos de hambre y saciedad.
- ✚ Cuidar el "ambiente emocional":
  - ❖ Ser paciente con el ritmo de adquisición de los nuevos logros
  - ❖ Ante las situaciones negativas (no come, no le gusta, se porta mal), mantener una actitud neutra. Evitar enfadarse, no mostrar el enfado
  - ❖ Una conducta muy controladora o exigente de los padres impide que el niño aprenda a autorregularse
  - ❖ Evitar distracciones (pantallas, juguetes)
  - ❖ Disfrutar de la comida en familia, reforzando los logros. No utilizar los alimentos como premios o castigos, ni como consuelo o chantaje.



## CONSECUENCIA DEL RETRASO O DE INICIARLO PREMATURAMENTE

### RETRASO EN LA ABLACTACIÓN

Entre las prácticas de alimentación del lactante y el niño pequeño que contribuyen al retraso del crecimiento figuran la lactancia materna subóptima (en particular, no exclusiva) y la alimentación complementaria limitada en cantidad, calidad y variedad.

- ✚ Carencias nutricionales, sobre todo de hierro y zinc.
- ✚ Aumento del riesgo de alergias e intolerancias alimentarias.
- ✚ Peor aceptación de nuevas texturas y sabores.
- ✚ Mayor posibilidad de alteración de las habilidades motoras orales.

A largo plazo:

- ✚ Mayor riesgo de obesidad.
- ✚ Mayor riesgo de eccema atópico.
- ✚ Mayor riesgo de diabetes mellitus tipo 1.
- ✚ Mayor tasa de destete precoz, con los riesgos añadidos que esto conlleva

### INCIO PREMATURO

La introducción temprana puede de hecho causar una serie de complicaciones en la salud del bebé, aparte de la aparición de alergias alimentarias. Por ejemplo:

- ✚ **El aparato digestivo es aun inmaduro**, lo cual supone que, si se introduce la alimentación complementaria, el bebé no será capaz de digerir los alimentos como debe, pudiendo causarle problemas.
- ✚ Además del aparato digestivo, el **aparato renal**, es decir, su capacidad de excreción a través de los riñones, es también inmaduro, y la introducción de ciertos alimentos, sobre todo aquellos que tienen una cantidad considerable de proteínas, puede sobrecargarlos. También algunos minerales, como el sodio, pueden deteriorar la función renal, de ahí que se recomiende evitar la sal hasta al menos los 12 meses.
- ✚ **El riesgo de atragantamiento es significativamente mayor** antes de los 6 meses, aunque obviamente depende del bebé, de su capacidad para mantenerse erguido y de la pérdida del reflejo de extrusión.
- ✚ Aumento de gastroenteritis agudas e infecciones del tracto respiratorio superior.



## CONCLUSIÓN

La mejor forma de alimentación para los lactantes y, a su vez, la más natural, es la lactancia materna, puesto que suministra los mejores nutrientes y los medios de defensa necesarios para la protección del lactante de los agentes infecciosos que se encuentran en el medio ambiente. La protección no es su único beneficio, ya que también favorece el desarrollo y el crecimiento adecuado del infante, permitiendo una mejora de la autoestima, acompañada de una vitalidad física tanto para la madre como para el lactante.

- ✚ La madre debe de estar en una posición cómoda para amamantar al bebé
- ✚ Tomar suficiente agua durante el día
- ✚ Evitar las bebidas alcohólicas y tabaco
- ✚ La lactancia materna se debe ofrecer a demanda del niño y no imponer horarios.
- ✚ Asegurarse que el niño tome el pecho de 8 a 12 veces en 24 horas.
- ✚ No ofrecer fórmulas de inicio ni ningún otro líquido.
- ✚ La madre debe estar sentada en una postura cómoda, con la espalda recta y los hombros relajados.
- ✚ Él bebe deberá acercarse a la madre y no al revés.
- ✚ Se debe estimular que el bebé abra la boca estimulando el labio superior, el bebé debe tomar el pezón y la mayor parte de la aréola con los labios e vertidos.
- ✚ La madre deberá observar la deglución de la leche.





## BIBLIOGRAFÍA

- Antonio, L. d. (04 de 2015). *Pediatra del Centro de Atención Primaria Florida Norte*. Obtenido de [https://www.pediatriaintegral.es/wp-content/uploads/2015/xix04/02/n4-243-250\\_Laia%20de%20Antonio.pdf](https://www.pediatriaintegral.es/wp-content/uploads/2015/xix04/02/n4-243-250_Laia%20de%20Antonio.pdf)
- Fernández-Vegue, D. M. (09 de 11 de 2018). *ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE PEDIATRÍA*. Obtenido de [https://www.aeped.es/sites/default/files/documentos/recomendaciones\\_aep\\_sobre\\_alimentacion\\_complementaria\\_nov2018\\_v3\\_final.pdf](https://www.aeped.es/sites/default/files/documentos/recomendaciones_aep_sobre_alimentacion_complementaria_nov2018_v3_final.pdf)
- García, G. (05 de 12 de 2017). *El embarazo*. Obtenido de <https://elembarazo.net/desventajas-de-la-leche-artificial.html>
- Naye. (2019). *Lactancia materna*. Obtenido de <file:///C:/Users/Naye/Downloads/Lactancia%20Materna.pdf>
- OMS. (2010). *OMS*. Obtenido de [https://www.paho.org/hq/dmdocuments/2010/iycf\\_model\\_SP\\_web.pdf](https://www.paho.org/hq/dmdocuments/2010/iycf_model_SP_web.pdf)
- OMS. (2021). *OMS*. Obtenido de <https://www.who.int/topics/breastfeeding/es/>
- Pdf. (05 de 2012). *Desydes*. Obtenido de <https://desydes.com/wp-content/uploads/2012/05/Lactancia-artificial.pdf>
- Revirego, C. (05 de 12 de 2016). *Guía infantil*. Obtenido de <https://www.guiainfantil.com/articulos/alimentacion/bebes/riesgos-de-adelantar-la-alimentacion-complementaria-en-el-bebe/>
- Taberno, D. L. (2017). *Reproducción Asistida ORG*. Obtenido de <https://www.reproduccionasistida.org/lactancia-materna-o-artificial-ventajas-y-desventajas/>