



Enfermería del niño y adolescente

5to cuatrimestre “A”

Lic. En enfermería

Ensayo

“Lactancia materna y artificial”

Asesor académico

Lic. Estrella Janette Guillen Diaz

Alumna

Martha Alicia Garcia Gutierrez

INTRODUCCION

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 las sustancias que lo protegen contra infecciones y alergias. La cantidad y calidad de la leche materna es suficiente, por lo que no es necesario que se le de otros alimentos como agua, té o jugos, antes de los seis meses. Los bebés amamantados tienen menos probabilidades de desarrollar obesidad tanto en la infancia como en la época adulta. La lactancia materna es el mejor alimento para el buen desarrollo del bebé aun que hoy en día la mayoría de las mujeres prefieren reemplazar la leche materna por una artificial ya sea por el trabajo o por otro motivo aun que la leche artificial no cuenta con la inmunidad que la leche materna es mas recomendable la alimentacion natural.

Por otro lado veremos la importancia y recomendaciones para la buena alimentación del niño 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 a futuro. 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.

“LACTANCIA MATERNA “

La leche materna es el mejor alimento para el bebe, sin embargo, en ocasiones algunas mujeres deciden dar a sus hijos leche artificial por motivos laborales, por motivos medicos o psicologicos. Hoy en dia la lactancia artificial para alimentar al recién nacido tambien es una alternativa, pero lo mas recomendable es que se les de lactancia materna los primeros 6 meses de vida.

La principal ventaja de la lactancia materna

son sus propiedades nutritivas ya que contiene todo los nutrientes necesarios para el niño, asi mismo contiene anticuerpos que protege al bebe durante los primeros meses de vida se le considera tambien como su primer vacuna , ya que los protege de diarreas, catarro, bronquiolitis, o alergias. Tambien la lactancia materna es una oportunidad unica de crear un vinculo muy especial entre la madre y el bebe.

Otra de las ventajas es que no hay que estar comprando a cada rrato, no hay que prepararla, ni calentarla, ya que siempre esta disponible y por otro lado ayuda a la madre a eliminar calorías y grasas acumuladas despues del parto.

Desventaja de la lactancia materna no tiene desventaja solo que es un poco dificil en los primeros días hasta desarrollar una buena tecnica. Hay que invertir mas tiempo ya que los bebes amamantados con leche materna necesitan realizar mas tomas al digerirse esta mas facilmente. Y no se puede realizar dieta de adelgazamiento.

“LACTANCIA ARTIFICIAL “

Muchas mujeres abandonan la lactancia materna con las primeras molestias, otras mujeres no pueden hacerlo o prefieren por coleccion personal optar por la lactancia artificial.

Las ventajas de la leche artificial frente a la leche materna es que el bebe puede ser alimentado indistintamente por la madre o el padre, implicando asi al papa desde el principio en el cuidado del recien nacido. Al digerirse mas despacio puede realizarse mas tomas y, si la mama ha tenido que salir, cualquier persona que este a cargo del bebe puede alimentarlo. Las leches artificiales estan fabricadas en condiciones optimas de esterilidad y tiene todo los nutrientes que el bebe necesita, ademas hay un variado numero de compocisiones en el mercado valido con los niños con problemas nutricionales especiales.

La principal desventaja es que no tiene proiedades inmunologicas. Su digestion es mas pesada, y los bebes suelen sufrir mas colicos de gases, estreñimiento ademas que es necesario los biberones,esterilizadores o la propia leche, ademas hay que invertir tiempo y dinero en comprar la leche, en preparala, probar su temperatura,y si hay que salir de casa cargar con ello.

“ABLACTACION“

Ablactación. Es la introducción de alimentos distintos de la leche en la dieta del niño. Constituye uno de los eventos más esperados por la madre y la familia, en ocasiones está influenciado por una serie de mitos transmitidos de familia en familia, que dificultan la labor educativa alimentaria sobre la edad apropiada para hacerlo y el tipo de alimentos que puede ofrecerse.

Recomendaciones para el inicio de la ablactacion

A partir de los seis meses: orientar que no es necesario sustituir la leche materna. Tener en cuenta la importancia de horarios de la alimentación al introducir otros alimentos. Los jugos se preparan diluidos con cantidad de agua hervida y fresca en igual proporción; las concentraciones irán aumentando hasta darlo puro. No es aconsejable el uso de azúcar ni miel, esto evita habituarlo al consumo de los alimentos muy dulces. Introducir los alimentos de uno en uno y en pequeñas cantidades. Ofrecer los alimentos con cuchara y vaso desde el primer momento, no usar el biberón. Al inicio no se debe mezclar los alimentos al momento de servirlos o prepararlos para poder ofrecer uno a la vez, esto permitira conocer los sabores, y su tolerancia, se recomienda introducir un solo alimento nuevo a la vez por dos o tres días, para valorar su tolerancia y descartar las alergias al mismo tiempo ,promover el consumo de alimentos de acuerdo al plato del buen comer, alimentar al niño despacion sin forzarlo, lavarse las manos antes de preparar alimentos y lavar las manos de los niños antes de comer, servir los alimentos inmediatamente despues de su preparacion y guardarlo de forma segura, a partir del sexto mes se incluyen carnes, a partir de los 2 años se incluyen leche descremada, variar los alimentos para cubrir las necesidades nutricionales, se debe ofrecer agua simple para su hidratatacion. Es muy iportante variar su alimentacion para su correcto desarrollo.

Consecuencias de una ablactacion temprana

El iniciar la ablactación en forma muy **temprana** lleva a consecuencias como: reduce la producción de leche materna y el tiempo de la lactancia, aumenta el riesgo de infecciones y procesos alérgicos, facilita la desnutrición y aumenta el riesgo de un nuevo embarazo. Se recomienda que antes de decidir el proceso de introducción de alimentos complementarios el equipo de salud evalúe no solo la edad del niño/a, sino otros aspectos como:

- 1- Desarrollo psicomotor (un buen control neuromuscular de cabeza, cuello, tronco y adquisición de la posición sentada con apoyo).
- 2- Evaluación del estado nutricional y de la curva del crecimiento del niño/a.
- 3- Disposición y preparación de la madre para iniciar esta nueva etapa

CONCLUSION

La importancia de la lactancia materna es la mejor forma de alimentar al bebe durante los primeros 6 meses de vida por proveer los mejores nutrientes y los medios de defensa necesario para protegerlos de futuras infecciones. Como hemos visto que los beneficios de la lactancia materna son muchas no solo para el bebe si no para la madre tambien y la familia en el aspecto economico no es necesario comprarla, prepararla, etc. Aunque en ocasiones las situaciones obligan a la madre a brindar una alimentacion artificial a su bebe . por lo tanto queda a eleccion de la madre.

Por otro lado es importante que la ablactacion se lleve a cabo despues de los 6 meses de vida para favorecer el correcto crecimiento y desarrollo del niño para que el niño crezca con su nutricion adecuada, favorecera su correcto desarrollo es recomendable dar los alimentos por separado para que el niño sienta su sabor, promover ue la alimentacion sea atractiva para el niño de lo contrario el niño no lo comera, los horarios para la alimentacion se deben establecer para satisfacer el apetito del niño, el inicio de la alimentacion dependera de la funcion de los dientes del niño al principio empesar por papillas naturales o verduras cocidas etc.

BIBLIOGRAFIA

<https://www.guiainfantil.com/articulos/alimentacion/lactancia/diferencias-entre-la-lactancia-materna-y-lactancia-artificial/>

<https://www.ecured.cu/Ablactacion>

