

UNIVERSIDAD DEL SURESTE

CARRERA:

NUTRICIÓN

MATERIA:

NUTRICION Y ACTIVIDADES PEDIATRICAS

TAREA:

ENSAYO

CATEDRÁTICO:

SANCHEZ GORDILLO NEFI ALEJANDRO

ALUMNO:

MONZÓN LÓPEZ LITZY BELÉN

GRADO Y GRUPO:

7TO CUATRIMESTRE "A"

LUGAR Y FECHA:

TAPACHULA CHIAPAS A 15 DE OCTUBRE DEL 2021

INTRODUCCIÓN

En este ensayo podrás encontrar información importante sobre la lactancia y todos los beneficios que tiene esta para el recién nacido ya que tiene todos los nutrientes necesarios para el crecimiento del bebé, por esto y por muchas cosas más es importante estar bien informados de la importancia de la leche materna para los recién nacidos ya que a través de esta la madre transmite al bebé vitaminas, minerales, agua, anticuerpo, grasas y nutrientes.

NUTRICIÓN DEL LACTANTE

LACTANCIA MATERNA

La leche materna es la única forma de alimentación de los bebés ya que es necesaria para el buen crecimiento y el desarrollo de los bebés ya que cuenta con todos los nutrientes necesarios y durante sus primeros seis meses de vida es vital para ellos. La lactancia es un período de la vida en el que la madre ofrece al recién nacido un alimento adecuado a sus necesidades, la leche materna, no sólo considerando su composición sino también en el aspecto emocional.

La lactancia materna tiene muchos beneficios para el recién nacido ya que por medio de esta adquiere anticuerpos que lo ayudan a combatir virus y bacterias, previene la deshidratación, cuenta con vitaminas y proteínas necesarias y reduce el riesgo de asma y enfermedades.

Durante los primeros 4 días después del nacimiento del bebé se produce la primera leche llamada calostro.

El calostro es un líquido denso, cremoso y de color amarillento, que el pecho materno produce antes de la subida de la leche, que, generalmente, tiene efecto pasados unos cuatro días después del parto. Rico desde el punto de vista nutricional, y muy valioso para aumentar las defensas inmunitarias de un niño que acaba de nacer, el calostro es del todo suficiente como primer alimento, por todo esto es muy importante que el bebé consuma el calostro.

La leche de transición surge después del calostro, lo que quiere decir que se produce 4 días después del nacimiento del bebé y esta dura los primeros 15 días después del nacimiento del bebé, tiene un mayor contenido de grasa, lactosa y vitaminas

hidrosolubles que el calostro y, por lo tanto, suministra más calorías al recién nacido, adecuándose a las necesidades de este conforme transcurren.

La leche madura surge casi dos semanas después del nacimiento del bebé, La leche materna madura también es rica en micronutrientes: vitaminas, minerales y oligoelementos, desde el calcio hasta el cadmio, que ayudan a su desarrollo y bienestar. El equilibrio de estos elementos cambia a lo largo del día para satisfacer las necesidades de tu bebé.

La conserva de la leche materna a temperatura ambiente puede durar hasta por 4 horas, dentro de un recipiente tapado, con agua a un nivel que no cubra totalmente el frasco, en un lugar fresco y protegido de la luz. Refrigeración: en la nevera colocar el frasco bien tapado y rotulado durante 12 horas. Congelación: hasta por 15 días.

La leche materna es mejor para tu bebé que la leche de fórmula. Del mismo modo, la leche materna recién extraída es preferible a la refrigerada, y la refrigerada es mejor que la congelada. Esto es así porque la leche recién extraída ofrece las mejores propiedades antibacterianas y cuenta con niveles superiores de antioxidantes, vitaminas y grasa que la leche refrigerada o congelada.

TECNICAS DE LACTANCIA MATERNA

Existen diferentes tipos de alimentación materna la posición sentada , posición acostada, Posición en balón de rugby, Posición de caballito. Es importante para el éxito de la lactancia materna; es necesario que los profesionales de salud con experiencia enseñen a las madres cual es la posición óptima, porque una postura inadecuada causa dolor y posible daño al pezón y tejido mamario.

La fórmula infantil se define como un alimento para lactantes que es adecuado para sustituir total o parcialmente a la leche humana, satisfaciendo las necesidades nutritivas normales del lactante. Todas las recomendaciones para las fórmulas adaptadas permiten una relativa variación en la cantidad de los componentes.

Conclusión

Es importante saber los beneficios que tiene la leche para los bebés ya que esta les aporta todos los nutrientes necesarios para que se desarrollen correctamente ya que cuenta con todos los nutrientes necesarios para el bebé, cabe mencionar que siempre es mejor la leche materna que las de las fórmulas, también es importante saber todos los métodos de conservación de la leche materna.

BIBLIOGRAFIA

Ferrer B, Dalmau J. Fórmulas lácteas especiales. Problemas mayores: alergia a la proteína de la leche de vaca. Problemas menores: estreñimiento, regurgitaciones. En: Muñoz MT, Suárez L (ed.). Manual Práctico de Nutrición en Pediatría. Madrid: Ergon; 2007.

García-Onieva M. Lactancia artificial: técnica, indicaciones, fórmulas especiales. *Pediatría Integral*. 2007;4:318-26.