



UNIVERSIDAD DEL SURESTE

LIC.NUTRICION

NUTRICIÓN Y ACTIVIDADES PEDIÁTRICAS

TRABAJO:

MAPA CONCEPTUAL

NUTRICIÓN DEL LACTANTE CAP 2.1 2.1.3

DOCENTE:

LIC. NEFI ALEJANDRO SÁNCHEZ GORDILLO

ALUMNA:

VERONICA VELÁZQUEZ ROBLERO

GRADO:7 CUATRIMESTRE

LUGAR Y FECHA:

TAPACHULA CHIAPAS 10/10/ 2021

NUTRICION DEL LACTANTE

Lactancia materna.

¿Que es?

Es un período de la vida en el que la madre ofrece al recién nacido un alimento adecuado a sus necesidades,

Beneficios para el bebe

Contiene todos los nutrientes que el bebe necesita

Protege su sistema inmunitario

- Reduce del riesgo de asma y alergias
- Menor tasa de obesidad infantil
- Mas fácil de digerir que la lactancia artificial

Beneficios para la madre

Acelera de la recuperación de la mama

Menor riesgo de hipertensión y depresión posparto

Disminuye el riesgo de cáncer de ovario y mama

Ayuda ala mineralización de los huesos

Ahorro económico en la familia

Composición de la leche materna

Calostro:

Fluido amarillento y espeso, rico en proteínas, vitaminas liposolubles (E, A, K) y minerales como zinc, hierro, selenio, manganeso y azufre

Leche de transición

Es la que se produce entre los días 4 y 15 después del parto

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

Composición de la leche de vaca

La leche de vaca que no ha sido modificada no es recomendable durante el primer año. Su contenido de proteínas, fósforo, cloruro de sodio y potasio es excesivo.

- proteínas 2.8-4.9%
- lípidos 2.6-4.8%
- carbohidratos 3.7 -5.4%
- sales minerales:0.6-1.0%
- Agua 85.6-89.5

BIBLIOGRAFÍA:

UNIVERSIDAD DEL SURESTE ANTOLOGÍA NUTRICIÓN EN ACTIVIDADES PEDIATRICAS