



Mi Universidad

Cuadro Sinóptico

Nombre del Alumno: Eleazar Lázaro Alvarado

Nombre del tema: Lactancia Materna

Parcial: 2do Módulo

Nombre de la Materia: Enfermería En El Cuidado De La Mujer

Nombre del profesor: Sandra Yazmín Ruiz Flores

Nombre de la Licenciatura: Enfermería

Cuatrimestre: 4to Cuatrimestre

Lactancia Materna

La lactancia materna es el proceso por el que la madre alimenta a su hijo recién nacido a través de sus senos, que segregan leche inmediatamente después del parto, que debería ser el principal alimento del bebé al menos hasta los dos años.

Composición de la leche materna

Grasas:

En cada 100 mililitros de leche hay 3,5 gramos de grasa, aunque la cantidad que recibe el lactante varía a lo largo de la toma. La grasa se concentra especialmente al final de la toma, por lo que la leche presenta una textura más cremosa que al inicio.

Carbohidratos

El principal es la lactosa, cuya presencia es más alta que en otro tipo de leches y sirve como fuente de energía. Otros hidratos de carbono presentes en la leche materna son los oligosacáridos, importantes para combatir infecciones.

Proteínas

La leche materna contiene una menor concentración de proteínas que la leche normal, lo cual la hace más adecuada para los lactantes. Algunas de estas proteínas son la caseína o la alfa-lactoalbúmina.

Vitaminas y minerales

La leche materna ofrece la cantidad adecuada de la mayoría de las vitaminas, a excepción de la vitamina D.

Factores anti-infecciosos

Entre ellos se encuentran las inmunoglobulinas, los glóbulos blancos, las proteínas del suero o los oligosacáridos.

Periodos de lactancia

De 0 a 6 meses

Durante este periodo la leche materna debe ser el único alimento del bebé, excepto si necesita algún tipo de suplemento vitamínico. No es necesario que el bebé tome agua u otro tipo de líquidos.

Se llama calostro a la leche materna que se producen durante los dos o tres primeros días tras el parto. Esta leche contiene una mayor cantidad de proteínas y minerales.

De 6 meses en adelante

A partir de los seis meses, el niño comenzará a necesitar más alimento que el proporcionado por la leche materna. Esta sigue siendo igual de necesaria, y el aporte mínimo diario no debe bajar de los 500 mililitros.

Se llama **calostro** a la leche materna que se producen durante los dos o tres primeros días tras el parto. Esta leche contiene una mayor cantidad de proteínas y minerales.

Bebés prematuros

El pediatra determinará si un bebé prematuro puede ser amamantado o no, dependiendo del desarrollo que haya alcanzado. Mientras que algunos lo pueden hacer desde el momento de su nacimiento, para otros habrá que extraer la leche materna de las mamas y suministrarla a través de jeringuillas, sondas o biberones.

Lactancia Materna

Técnica de la lactancia materna

- 1.- Lávate las manos con agua y jabón antes de amamantar.
- 2.- Inicia con un masaje suave con la yema de tus dedos en forma circular, alrededor de la areola y en línea recta, de la base de la mama hacia el pezón.
- 3.- Adopta la posición más cómoda, ya sea sentada o acostada, con la espalda bien apoyada.
- 4.- Sostén tu pecho con tu mano en forma de "C" y revisa que tu bebé tome el pezón y parte de la areola con su boca bien abierta.
- 5.- Cuando termines de amamantar al bebé recuerda sacarle el aire o hacerlo eructar dándole suaves palmadas en la espalda.
- 5.- Cuando termines de amamantar al bebé recuerda sacarle el aire o hacerlo eructar dándole suaves palmadas en la espalda.

Toma en cuenta que:

- La cabeza del bebé y todo su cuerpo debe estar inclinado siguiendo el eje de tu pecho.
- Su cara debe estar frente a tu pecho y su estómago frente a ti.
- Su oreja, hombro y cadera deben formar una línea.

Técnica de la lactancia materna

Posición sentada

- 1.- La madre debe estar sentada cómoda y relajada, la espalda debe apoyarse en el respaldo de la silla o en la cabecera de la cama, si es posible debe tener un cojín en la falda de la madre.
- 2.- Con el pezón roce el labio inferior para que el bebé abra bien la boca, así la niña o niño succionará más leche y no lastimará el pezón.



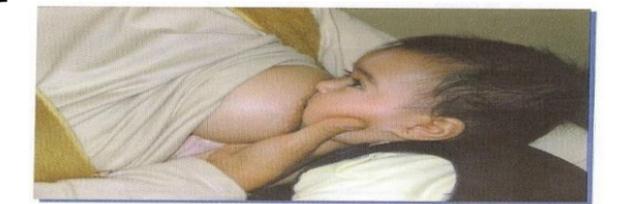
Posición acostada

- 1.- La madre y el bebé deben ubicarse recostados de lado, uno frente al otro o la niña o niño debe estar acostado encima de la madre.
- 2.- Debe colocar los dedos debajo del seno y levantarlo hacia arriba, luego el bebé debe acercarse hacia la madre para que inicie a mamar.



Posición bailarina

Coloque su mano apoyando la mama y a la vez sosteniendo el mentón y la mandíbula del bebé mientras da de mamar. Esta es una buena posición para la niña o niño con hipotonía muscular y/o Síndrome de Down.



Posición de caballito

Se coloca a la niña o niño frente a la madre montada en su pierna, con una mano coger la cabecita del bebé y con la otra mano coger el cuerpo, esta es una buena posición para dar de mamar a la niña o niño que vomitan mucho cada vez que maman o con paladar hendido.



Lactancia Materna

Beneficios para el bebé

Nutrición ideal para los recién nacidos

Muy rica combinación entre **vitaminas, proteínas y grasas** (todo lo necesario para crecer).

Más **fácil de digerir** que los productos alternativos.

Contiene anticuerpos que **ayudan a combatir virus y bacterias**.

Reduce el riesgo de asma y alergias.

Beneficios para la madre

Quema calorías extra, por lo que se pierde más rápido el peso ganado durante el embarazo.

Libera la hormona oxitocina, la cual, luego del parto, **ayuda al útero a regresar al tamaño original** y reduce el sangrado uterino.

Podría disminuir el riesgo del cáncer de mama y ovario, y de osteoporosis.

La lactancia materna exclusiva funciona como un **método natural** (aunque no totalmente seguro) de **control de la natalidad** (98% de protección durante los primeros 6 meses de vida).