



Mi Universidad

Cuadro Sinóptico

Nombre del Alumno: Emilly Cruz Martínez

Nombre del tema: Lactancia Materna

Parcial: 2do Modulo

Nombre de la Materia: Enfermería en el Cuidado de la Mujer

Nombre del profesor: Sandra Yazmin Ruiz Flores

Nombre de la Licenciatura: Enfermería

Cuatrimestre: 4to

Lactancia Materna

La lactancia materna es una forma de alimentación que comienza en el nacimiento con leche producida en el seno materno les proporciona a los bebés todos los nutrientes que necesitan para crecer y que su sistema inmunológico se desarrolle plenamente.

Beneficios

- Refuerza las defensas del bebé.
- Gran concentración de nutrientes especiales para esa edad.
- Se digiere y asimila con gran facilidad.
- Disminuye el riesgo de desarrollar obesidad.
- Reduce la predisposición a enfermedades respiratorias y alergias.
- Favorece el desarrollo mandibular, los dientes y el habla.

Durante las primeras semanas de vida del bebé, la posición para amamantar es lo más importante. Cuando tú y tu bebé están en una buena posición, tus pezones se mantienen sanos y tu bebé puede alimentarse más y mejor.

Pasos para amamantar

Lávate las manos con agua y jabón antes de amamantar. Iniciar 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.

Ponerse cómoda en un asiento con respaldo, con almohadas que ayuden a apoyar los brazos y pies reposando en un banco pequeño.

Colocar al bebé cerca de ti, con las caderas flexionadas, para que no tenga que voltear o mover su cabeza para poder alcanzar tu pecho. Su boca y nariz deben de estar frente a tu pezón.

Coloca al bebé sobre tu pecho ayúdalo a abrir la boca y acércalo apoyándole la espalda para que su barbilla se introduzca en tu pecho. Cuando termines de amamantar al bebé recuerda sacarle el aire o hacerlo eructar dándole suaves palmadas en la espalda.

Bibliografía

<https://www.nestlebabyandme.com.mx/por-que-es-tan-recomendada-la-lactancia>

[https://www.imss.gob.mx/tecnicadeamamantamiento,conlaespaldabienapoyada.](https://www.imss.gob.mx/tecnicadeamamantamiento,conlaespaldabienapoyada)

<http://lactanciamaterna.aeped.es/tecnicas-de-lactancia-materna/>