

**Nombre de alumno: Elisa Fernanda Navarro Arizmendi**

**Nombre del profesor: Julibeth Martínez**

**Nombre del trabajo: Mapa conceptual**

**Materia: Nutrición y actividades pediátricas**

**Grado: 7**

**Grupo: LNU**

PASIÓN POR EDUCAR

Comitán de Domínguez Chiapas a 14 de Octubre de 2022.



# NUTRICIÓN DEL LACTANTE

## Lactancia materna

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

Es el único alimento necesario para la mayoría de los lactantes sanos durante alrededor de seis meses

Contiene

La mayoría de los nutrientes necesarios para su correcto crecimiento y desarrollo.

Inmunoglobulinas y otras sustancias que protegen al bebé frente a infecciones

Para producir un litro de leche materna se necesita de 700 a 800 kcal

## Composición de la leche materna y leche de vaca

### Tipos de leche materna

**Calostro:** Fluido amarillento y espeso, rico en proteínas, vitaminas liposolubles (E, A, K) y minerales como zinc, hierro, selenio, manganeso y azufre. Su producción dura unos 4 días después del parto.

**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.

Tiene componentes nitrogenados, micelas de caseína, lactoferrina, rica en inmunoglobulinas, lisozima, vit K,E,A

**Leche de vaca:**  
Pt 2.8-4.9%  
Lp 2.6-4.8%  
Hc 3.7-5.4%  
Sales min. .6-1%  
Agua 85.6-89.5%

# NUTRICIÓN DEL LACTANTE

## Conservación de la leche materna.

La leche materna recién extraída es preferible a la refrigerada, y la refrigerada es mejor a la congelada.

Si se ha extraído la leche materna de forma limpia y segura, puede ser almacenada a temperatura ambiente, en el refrigerador o en el congelador, en función de cuándo se desea utilizarla.

Es necesario usar envases aptos para uso alimentario. Se recomienda guardar alrededor de 100 ml y colocar la fecha en cada envase.

## Pautas de almacenamiento

- Temp. Ambiente hasta 4 hrs
- Frigorífico hasta 3 días
- Congelador hasta seis meses
- Leche materna congelada previamente y descongelada en el frigorífico hasta dos horas

## Destete y alimentación complementaria en recién nacidos de muy bajo peso.

En humanos, el destete comienza con la introducción de los alimentos complementarios

Finaliza cuando estos reemplazaron por completo la leche materna

Idealmente este proceso debería durar aproximadamente un año y medio (comenzando a los 6 meses y finalizando a los dos años).

La cultura lleva en ocasiones a prolongar la lactancia y otras veces a renunciar a ella

Puede ocurrir de forma voluntaria o forzada, en cualquier caso, debe ir acompañado por un cambio en la dieta o un paulatino cambio al biberón.

La alimentación complementaria en este tipo de niños es casi la misma nada más que va de poquito en poquito la asimilación de los nuevos alimentos

Primero se opta por las verduras luego por las verdura y cereales. Las carnes se empiezan de forma triturada o licuadas para que el bebé las pueda asimilar