



Nombre del alumno:

Roxana Belén López López

Nombre del profesor:

Lic. Nayeli Morales Gómez

Nombre del trabajo:

Avance segunda unidad

Materia:

Seminario de tesis

Grado:

8°

Grupo:

“A”

Justificación del tema “Nutrición adecuada en la lactancia, en mujeres de 18 a 20 años de edad”

1. Escogí este tema ya que es importante dar a conocer a las mamás sobre las complicaciones que produce la mala alimentación en esta etapa
2. Es muy importante hacerle saber a la mamá sobre la importancia de la correcta ingesta de alimentos
3. Gracias a este tema podemos enseñarle a la mamá los beneficios de la correcta ingesta de alimentos
4. Capacitarla sobre la correcta higiene de los alimentos
5. Ayudarla y guiarla en esta etapa para llegar a un buen término en la lactancia
6. Me gusta este tema ya que podemos guiar a la mamá y ver el progreso de ella
7. Podemos proporcionarle a la mamá una guía para realizar distintos platillos, fáciles, deliciosos y nutritivos
8. Capacitar a la mamá acerca de los riesgos del bajo peso al nacer
9. Enseñarle como es una correcta distribución de los alimentos
10. Ayudarla y guiarla en esta etapa tan importante y especial para ella.

5 preguntas clave

¿QUE?

Selección del libro:

Tema general: Promover la nutrición adecuada en la lactancia, en mujeres de 18 a 20 años de edad, abordamos este tema sobre la importancia de la nutrición en esta etapa, tomando en cuenta que esta es una de las etapas más importantes de la mujer, una vez teniendo en cuenta la magnitud de esta etapa podemos dar pie a la capacitación y guía a la mamá sobre la forma en que se debe de alimentar en el transcurso de esta etapa ya que marca un punto de inflexión para la madre y el bebé.

Temas secundarios:

- Nutrición en las diferentes etapas de la vida
- Nutrición para el embarazo
- Nutrición optima, antes, durante y después del embarazo
- Nutrición del lactante
- La dieta de la maternidad

Palabras clave:

Embarazo

Nutrición

Etapas

Vida

Optima

Lactancia

Materia:

Seminario de tesis

¿DONDE?

País: México

Ciudad relacionada: Comitán de Domínguez

Yacimientos:

Región geográfica: Meseta Comiteca Tojolabal

Edificios:

¿CUÁNDO?

Época: Actual

Contexto histórico: El estado nutricional de la mujer durante el periodo previo a la concepción y al comienzo del embarazo es muy crítico, ya que la deficiencia de ciertos nutrientes pueden causar cambios permanentes de la expresión de los genes del bebé, que podrían afectar su desarrollo normal y salud a largo plazo, por ello la importancia de una buena alimentación en esta etapa ya que la nutrición de la madre influye en el peso del niño al nacer: de madres desnutridas solo podemos esperar bebés de bajo peso. Inclusive, un aumento modesto del consumo de energía durante el embarazo tiende a aumentar el peso del bebé al nacer. Así mismo la importancia de la alimentación de la mamá en el periodo de lactancia es fundamental para así obtener un buen crecimiento del bebé y una correcta ingesta de nutrientes.

Acontecimientos concretos:

Fechas: Enero-julio 2023

¿QUIEN?

Autores protagonistas: Roxana Belen López López

Personas entrevistadas: Ninguna

Investigadores seleccionados:

Personajes históricos:

¿COMO?

Tecnologías: computadora, teléfono celular

Descubrimientos: Se ha descubierto que la alimentación de la mamá en esta etapa es fundamental para el nuevo ser ya que es su única fuente de alimentación por la cual obtiene todos los nutrientes necesarios para su óptimo crecimiento y desarrollo

Inventos:

Métodos: Lactancia materna exclusiva, Fórmulas lácteas, biberones

Documentos, objetos, maquetas: encuestas, estadísticas, investigaciones

Investigación básica o teórica:

Esta investigación es de tipo teórica ya que nos aporta información así como elementos teóricos para ayudarnos a completar el tema y de igual manera lo respalden, así mismo incluye trabajos de manera externa que nos sirven para recabar una sola información ya que uno de los intereses es establecer su alcance predictivo con el único fin de obtener un mejor desarrollo, todo esto sin la realización de una corroboración inmediata.

Esta investigación es de tipo no experimental ya que se recabará información en documentos, libros y revistas, ya que no se controlaron ni manipularon ninguna variable

Variable independiente: mala alimentación en la lactancia

Variable dependiente: La mamá, el bebé, bajo peso, falta de información, economía, creencia, tradiciones

Por las cualidades observables de la lactancia esta investigación es con enfoque cualitativo ya que la leche materna se adapta a las necesidades del bebé y es el alimento ideal para su adecuado crecimiento y desarrollo. El calostro, la leche que se le da en los primeros 3 días, es un alimento rico en proteínas, minerales y vitaminas, contienen anticuerpos que protegen al niño frente a infecciones y alergias

Tipo de investigaciones según la forma de recoger información esta es una investigación mixta ya que podemos combinar diferentes fuentes o métodos para la realización de la misma.

Para así tener un poco más de conocimiento acerca de la lactancia materna y como se da en la ciudad de Comitán y saber un poco más sobre el tema

Planteamiento del problema:

En la ciudad de Comitán la importancia de la lactancia materna ha tomado mucha importancia sobre todo en las personas de comunidades aledañas. La leche materna es el principal, vital y obligatorio alimento del niño desde el momento de su nacimiento hasta sus seis meses de edad de forma exclusiva y después de esta etapa se considera realizarla de forma complementaria adicionando distintos de alimentos como frutas, verduras y cereales. Llevar a cabo esta simple actividad nos puede asegurar un adecuado desarrollo del niño tanto físico como intelectual, adicionando los beneficios que también trae para la madre, sobre todo en la fisiología de su aparato reproductor incluyendo las glándulas anexas como las mamas. Distintos protocolos de atención establecidos por entidades sanitarias a nivel nacional y mundial establecen a la lactancia materna como el pilar fundamental en el desarrollo del niño. La lactancia materna es la única manera de proporcionar los nutrientes ideales para el adecuado crecimiento y desarrollo de los niños y las niñas. Es el único alimento que tiene una influencia biológica y emocional sobre la salud de la madre y su hijo. Estas premisas nos indican los beneficios que la lactancia materna aporta no solo en los niños sino también en las madres, sin embargo debido a múltiples factores, no se lleva de forma adecuada este proceso, convirtiéndolo directamente en un riesgo para los lactantes, debido a que como se ha indicado es este proceso el más importante por las características fundamentales que tiene la leche materna. Se conoce generalmente que muchas madres no logran llevar a cabo de forma correcta este proceso, por múltiples situaciones que en este trabajo se buscan poner de manifiesto, dichas situaciones hacen que las madres abandonen de manera temprana la lactancia materna dejando así de brindar los beneficios necesarios para el recién nacido. Asimismo el periodo en que se considera a un niño lactante comprende desde su nacimiento hasta los 23 meses y 29 días de edad, periodo que en cifras comprende alrededor de mil días de vida. Una estrategia establecida por la UNICEF establece que son los primeros 1000 días de vida los cruciales para determinar el correcto desarrollo del niño hasta su etapa de adulto, se indica

que “el cerebro alcanza el 87% por ciento de su peso a los 3 años de edad. Entre el 50 y el 75% del consumo de energía en los primeros años está asignado al desarrollo cerebral” (UNICEF, 2017). En dicho periodo como se ha indicado el niño se encuentra en el periodo de lactancia y son los nutrientes proporcionados por la lactancia los que colaboran en su mayoría a que se desarrolle de forma correcta el cerebro. En relación a esto indica que: Este espacio de tiempo va a representar el momento más importante en la vida de una persona, por ser una ventana crítica en el desarrollo de toda nuestra vida y que brinda una oportunidad única para que los niños obtengan los beneficios nutricionales e inmunológicos que van a necesitar el resto de su vida. De allí se enmarca la necesidad de realizar la presente investigación que busca reconocer los factores que influyen en el abandono de la lactancia materna, sus causas y las complicaciones que provoca el no seguir esta estrategia fundamental.