



Mi Universidad

ENSAYO

Nombre del Alumno: Maribel Hernández Méndez

Nombre del tema: Lactancia Materna

Parcial: 5A

Nombre de la Materia: Enfermería del Niño y Adolescente

Nombre del profesor: Alfonso Velázquez

Nombre de la Licenciatura: Enfermería

Cuatrimestre: Ejecutivo

LACTANCIA MATERNA:
**PROPIEDADES DE LA LECHE MATERNA, VENTAJAS DE LA LACTANCIA
MATERNA PARA LA MADRE, PARA LA PERSONA RECIÉN NACIDA, Y LAS
MANIFESTACIONES DIGESTIVAS PROPIAS DEL LACTANTE.**

El presente ensayo tiene como finalidad en dar a conocer al lector, la comprensión en primer plano sobre la Lactancia Materna, mencionando sus propiedades, ventajas de la leche materna en la madre así mismo como en el recién nacido y las manifestaciones digestivas propias del lactante, dando la importancia de la lactancia materna como una forma de alimentación que comienza en el nacimiento con leche producida en el seno materno.

La lactancia materna consiste en el proceso en el que la madre alimenta a su hijo recién nacido mediante la leche que segregan sus senos. La leche materna es el alimento natural producido por la madre para alimentar su recién nacido. (1)

El bebé recibe la primera leche durante los primeros días de vida, esta leche, también llamada calostro es muy nutritiva, espesa y amarillenta, proporciona anticuerpos importantes que fortalecen su sistema inmunológico y revisten la pared intestinal.

Para que la mujer pueda producir leche materna debe estar bajo la influencia de las hormonas prolactina y oxitocina. La prolactina es la encargada de que haya producción de leche y la oxitocina desencadena la eyección (salida) de la leche. (2) La leche materna será el principal alimento del bebe hasta los dos los dos años de vida, si la madre y el niño lo desean la lactancia puede extenderse más allá de los 2 años.

La lactancia tiene múltiples ventajas para él bebé tales como: un mejor desarrollo psicomotor, una fácil digestión, estimula la maduración del sistema inmunitario, el aparato digestivo y el sistema nervioso central. Otro de las ventajas para el recién nacido es que contiene anticuerpos que ninguna fórmula aporta tales como: la grasa ayudando al desarrollo neurológico del menor, los carbohidratos teniendo como principal la lactosa, que, en el caso de la leche materna, su presencia es más alta que en otras. La proteína, aunque en menor cantidad que la leche "normal", siendo más adecuada para el lactante; las vitaminas y minerales ofreciendo la cantidad necesaria de todas las vitaminas, a excepción de la vitamina D, que se obtendrá mediante la exposición al sol. (3)

Todos estos componentes favorecen el fortalecimiento de la salud del bebé, su maduración y su crecimiento, así como también serán los encargados de proteger al niño de agentes externos

mientras el sistema inmunitario acaba de formarse. protegiéndole de enfermedades como catarrros, bronquiolitis, neumonía, diarreas, otitis, infecciones de orina, etcétera; además de disminuir enfermedades futuras como: asma, alergia, obesidad o diabetes.

El amamantar, la formación de la flora microbiótica que prepara el estómago del recién nacido para recibir alimentos sólidos desarrollando una flora intestinal estable, La leche materna es una fuente importante de bacterias comensales, mutualistas o probióticas para el intestino infantil. Entre las bacterias predominantes destacan diversas especies de estafilococos, estreptococos y bacterias lácticas. Las bacterias de la leche podrían desempeñar un papel importante en la prevención de enfermedades infecciosas y en la maduración del sistema inmunitario. (4)

Existen diferentes señales donde el bebé no esta recibiendo suficiente leche materna y por ende existe diferentes tipos de manifestaciones en el bebe: una de ellas es las heces pequeñas y oscuras incluso después de sus primeros cinco días de nacido, en caso de que el recién nacido no recibiera la suficiente leche son mas propenso de episodios de diarreas y estreñimiento. (4)

Mucho se habla de los indiscutibles beneficios de la lactancia materna para los bebés, sin embargo, no son tan conocidos los beneficios para la salud de las madres que dan el pecho. Una de ellas es que sirve como método anticonceptivo cuando se dan las siguientes condiciones: el niño es menor de 6 meses de edad, la madre no ha menstruado, la alimentación del lactante es exclusiva, es decir sin introducción de líquidos ni alimentos a libre demanda y que de pecho entre 8 a 12 veces entre el día y la noche. (6)

Otro de los grandes ventajas que ofrece la lactancia a la madre como lo que es el de fortalecer el vínculo de afecto entre la madre y el hijo, favorece la pérdida del peso ganado durante el embarazo, ayuda a que el útero regrese a su tamaño previo, reduce el sangrado posparto lo que ayuda a prevenir la anemia, también ayuda a reducir en la madre la probabilidad de sobrepeso y obesidad posterior al embarazo, el riesgo de cáncer de ovario y de mama, y sobre todo es relajante ya que ayuda a elevar la autoestima de la mujer disminuyendo la tristeza y/o depresión posparto. (7)

Como conclusión la lactancia materna es una de las formas más eficaces de asegurar la salud y supervivencia del lactante siendo el pilar fundamental para una vida saludable y de bienestar no solo para el infante sino también para la madre, es considerada una de las formas más eficaces de asegurar la salud y supervivencia de los niños, recordando que la alimentación con leche materna debe iniciarse inmediatamente al nacer, si no hay algún impedimento médico, cada bebé va marcando su frecuencia de alimentación de acuerdo a su necesidad.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Lactancia materna: qué es, síntomas y tratamiento. (s/f). Top Doctors. <https://www.topdoctors.mx/diccionario-medico/lactancia-materna>
2. Rodríguez, J. M., Jiménez, E., Merino, V., Maldonado, A., Marín, M. L., Fernández, L., & Martín, R.
3. (s/f). Microbiota de la leche humana en condiciones fisiológicas. Acta Pediátrica Española. <https://www.actapediatrica.com/index.php/secciones/nutricion-infantil/546-microbiota-de-la-leche-humana-en-condiciones-fisiol%C3%B3gicas>
4. Ben-Joseph, E. P. (s/f). Lactancia materna frente a lactancia con leche de fórmula. Kidshealth. <https://kidshealth.org/ETCH/es/parents/breast-bottle-feeding.html>
5. Beneficios de la lactancia materna para niños y niñas. (s/f). Instituto Nacional de Salud Pública. <https://www.insp.mx/nutricion-y-salud/beneficios-de-la-lactancia-materna-para-ninos-y-ninas>
6. Grijota, E. (2018, agosto 7). La lactancia materna, clave para la salud digestiva futura del recién nacido. Ediciones EL PAÍS S.L. https://elpais.com/elpais/2018/08/01/mamas_papas/1533122464_916875.html?event=go&event_log=go&prod=REGCRART&o=cerradomx
7. Beneficios de la lactancia materna para la madre. (s/f). Instituto Nacional de Salud Pública. <https://www.insp.mx/nutricion-y-salud/beneficios-de-la-lactancia-materna-para-la-madre>