

A large, dark blue version of the UDS logo is centered on the page. It consists of a stylized graphic of three curved lines on the left, followed by the letters 'UDS' in a very large, bold, sans-serif font. Below this, the words 'Mi Universidad' are written in a slightly smaller, bold, sans-serif font.

## Ensayo

*Nombre del Alumno: Emilly Cruz Martínez*

*Nombre del tema: Propiedades de la Leche Materna*

*Parcial: II*

*Nombre de la Materia: Enfermería del Niño y del Adolescente*

*Nombre del profesor: Alfonso Velázquez Ramírez*

*Nombre de la Licenciatura: Enfermería*

*Cuatrimestre: 5to*

---

## Introducción

La lactancia materna es un hermoso regalo de la madre para él bebe. Es un alimento muy importante para un bebe ya que ayuda a su crecimiento y desarrollo, así como las sustancias lo protegen de diversas enfermedades, se considera la alimentación ideal del bebe. Además, la ciencia ha demostrado que los niños no amamantados tienen más enfermedades, más graves y más largas. Por lo tanto, es bueno amamantar al bebe para disminuir el riesgo de enfermedades, como el riesgo de infecciones respiratorias de vías bajas, el riesgo de asma, entre otras enfermedades que veremos en este ensayo. La lactancia materna se debería iniciar desde el nacimiento del bebe. Porque en ese momento la glándula mamaria produce un líquido cremoso y de color amarillo llamado calostro. Al tercer o cuarto día sube la leche de color blanco Una lactancia materna de más de seis meses de duración puede disminuir también el riesgo de padecer leucemia. Además, parece que la lactancia materna disminuye el riesgo de obesidad y diabetes de tipo 1 y tipo 2. Además, promueve un frecuente y estrecho contacto físico con el bebe y la creación del vínculo afectivo, lo que resulta muy óptimo para su desarrollo y hace que la madre experimente un gran sentimiento de satisfacción y autoestima.

## **Ventajas de la Lactancia Materna para la Madre**

### **Libera hormonas beneficiosas**

Muchas madres sienten gozo y realización de la comunión física y emocional que experimentan con su bebe mientras lo amamantan, estos sentimientos se aumentan al liberar hormonas, las cuales son:

- Prolactina: produce una sensación de calma y positivismo que le permite relajarse y enfocarse en él bebe.
- Oxitocina: tiene un fuerte sentido del amor entre la madre y él bebe.

Estos sentimientos pueden ser algunas de las razones por las cuales muchas mujeres que han amamantado a su primer bebe eligen amamantar a los siguientes hijos.

### **Beneficios para la salud**

- Las madres que amamantan se recuperan del parto mucho más rápido y fácilmente, porque la hormona que se libera durante la lactancia materna actúa para regresar el útero a su tamaño regular más rápidamente y puede reducir el sangrado post-parto.
- Las mujeres que han amamantado, experimentan índices mas bajos de cáncer de seno y ovario en sus vidas.
- La lactancia materna puede reducir el riesgo de desarrollar diabetes tipo 2, artritis reumatoide y enfermedad cardiovascular, al igual que una alta presión arterial y colesterol alto.
- La lactancia materna también retrasa el periodo menstrual de la madre, lo que puede ayudar a extender el tiempo entre embarazos.

### **Beneficios adicionales**

- La lactancia materna también es buena para el medio ambiente, ya que hay que lavar biberones ni tirar latas de leche en la basura.

- Por la noche, es mucho más fácil y rápido poner a su bebe en su pecho, que levantarse y preparar o calentar un biberón de leche en formula.

## **Ventajas de la lactancia materna para la persona recién nacida**

### **La leche materna protege contra enfermedades**

La leche materna está llena de inmunoglobulinas que protegen a los bebés contra la neumonía, la diarrea, las infecciones del oído y el asma, entre otras enfermedades. Amamantar inmediatamente después del nacimiento es importante porque el sistema inmunitario de los recién nacidos aún no está del todo maduro. Es por ello que muchas veces se dice que la lactancia materna es como la primera vacuna. La lactancia materna en la primera hora de vida reduce en casi 20% el riesgo de morir en el primer mes. Los recién nacidos tienen un sistema inmunológico muy inmaduro y son altamente vulnerables. La leche materna ofrece protección inmediata, así como estimulación del sistema inmunológico. Durante el primer mes de vida, los bebés que no son amamantados tienen seis veces más probabilidades de morir en comparación con aquellos que sí lo son; entre los 9 y 11 meses aquellos que no son amamantados tienen 30% más de probabilidades de fallecer.

### **La lactancia ayuda a prevenir el sobrepeso en los niños**

La lactancia materna puede reducir el riesgo de sobrepeso y obesidad infantil en un 12%, lo que ayuda a combatir enfermedades crónicas graves asociados con estas condiciones.

### **La lactancia materna hace que los bebes sean más inteligentes**

Los adolescentes y adultos que fueron amamantados de niños obtienen de 2 a 5 puntos más en los indicadores de desarrollo cognoscitivo. La lactancia materna también se asocia a mayores logros educativos. Además, el amamantamiento por 6 meses, en comparación con 4 meses, mejora el desarrollo motriz de los bebés.

## **La lactancia materna promueve el vínculo**

Un período más prolongado de lactancia materna también se asocia a una mayor capacidad de respuesta materna y a la seguridad emocional que brinda el vínculo de la madre con él bebe.

## **La lactancia disminuye el riesgo de enfermedades**

Tiene anticuerpos que protegen de enfermedades prevalentes de la infancia como: diarrea, alergias, asma y las infecciones respiratorias.

Disminuye el riesgo de enfermedades prevalentes en la infancia como: diarreas, asma, neumonía, alergias, entre otras. Al igual que es de fácil digestión, lo que disminuye los cólicos del bebé y tiene los líquidos y electrolitos suficientes para su hidratación. Tiene la mejor biodisponibilidad de hierro, calcio, magnesio y zinc.

## **Manifestaciones digestivas propias del lactante**

Tras el nacimiento, el bebé está preparado para la lactancia, pero su Sistema Nervioso Central

todavía no está completamente formado por lo que se ponen en marcha otros mecanismos

fisiológicos que consiguen permitir al lactante que pueda alimentarse.

UN ejemplo de estos es el “hociqueo” que es el movimiento de cabeza del bebé para encontrar

el pezón o la tetina del biberón

Los lactantes frecuentemente presentan, durante el primer año de vida, síntomas

gastrointestinales por trastornos funcionales, tales como regurgitación, vómitos, constipación, cólicos y llanto.

## Conclusión

Luego de conformar el presente ensayo se llega a la conclusión que la lactancia materna es muy importante para un bebe porque le ayuda a crecer sano y saludable, ya que la leche materna contiene diversas sustancias que lo protegen de diversas enfermedades, contra infecciones y alergias. Para que él bebe tenga buen desarrollo, durante los primeros seis meses la madre deberá dar el pecho a sus hijos por lo menos hasta los 2 años, de esto dependerá que sus hijos vivan sanos y con un buen desarrollo emocional, físico e inteligente. Es fundamental estimular a la madre a tener responsabilidad de amamantar a su bebe por medio de charlas, en donde las madres aprendan las vitaminas, nutrientes y anticuerpos que contiene la leche materna a fin de que se alimenten nutritivamente y que continúen dando de lactar al bebe y eviten que los bebes consuman leche pasteurizada o cualquier tipo de leche que no sea de la madre.

Es importante también resaltar que la madre siente gozo y realización de la comunión física y emocional que experimentan con su bebe mientras lo amamantan. Estos sentimientos liberan hormonas, tales como la prolactina y oxitocina produciendo en la madre una sensación de calma y positivismo que le permite relajarse y enfocarse en su bebe.

## Bibliografías

- <https://portal.guiasalud.es/egpc/lactancia>
- [https://www.paho.org/hq/index.com\\_content&view=benefits&Itemid=42403&language=alechematerna/estallenadeltodomaduro](https://www.paho.org/hq/index.com_content&view=benefits&Itemid=42403&language=alechematerna/estallenadeltodomaduro).
- <https://www.salud.gob.ec/beneficios-de-la-lactancia-materna/>
- <https://es.scribd.com/document/393970497/Lactancia-en-El-Area-de-La-Salud>
- [https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S2007-78902021000800120&script=sci\\_arttext](https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S2007-78902021000800120&script=sci_arttext)
- <https://www.enfermeria21.com/revistas/matronas/articulo/167/ensayo-clinico-para-mejorar-la-adherencia-a-la-lactancia-materna>
- [https://www.anmm.org.mx/documentos-postura/LACTANCIA\\_MATERNA](https://www.anmm.org.mx/documentos-postura/LACTANCIA_MATERNA)
- <https://es.slideshare.net/MariendelCarmen/-lactancia-materna>
- <https://www.sap.org.ar/docs/publicaciones/archivosarg/2015/v113n6a14.pdf>
- [www.archivosdemedicina.com/medicina-de-familia/trastornos-funcionales-digestivos-del-lactante.pdf](http://www.archivosdemedicina.com/medicina-de-familia/trastornos-funcionales-digestivos-del-lactante.pdf)