



Mi Universidad

Ensayo

Nombre del Alumno: Marisol Palomeque Luna.

Nombre del tema: Propiedades De La Leche Materna.

Parcial: 2do Modulo.

Nombre de la Materia: Patología Del Niño y Adolescente.

Nombre del profesor: Alfonso Velázquez Ramírez.

Nombre de la Licenciatura: Enfermería.

Cuatrimestre: 5to Cuatrimestre.

INTRODUCCIÓN

En este ensayo explicaré los beneficios que tiene la leche materna, ya que contiene el equilibrio adecuado de nutrientes necesarios para ayudar a que el bebé crezca y se convierta en un niño fuerte y sano.

Algunos de los nutrientes de la leche materna también ayudan a proteger al niño de algunas enfermedades e infecciones comunes. También puede beneficiar a la salud de la madre. Las mujeres que no tienen problemas de salud deben intentar amamantar a sus bebés por al menos los primeros seis meses de vida.

PROPIEDADES DE LA LECHE MATERNA

El mejor alimento para el bebé recién nacido es la leche materna, ya que aporta todos los nutrientes necesarios para un correcto crecimiento y desarrollo. Amamantar a un bebé inmediatamente después del nacimiento es importante porque el sistema inmunitario de los recién nacidos aún no están del todo maduro.

La leche materna está compuesta por: agua, proteínas, grasas, hidratos de carbono, vitaminas y minerales, además de contener hormonas y enzimas.

Para que la leche materna sea más exitosa para el bebé la madre tiene que tener una buena alimentación y mantenerse hidratada. Todas las proteínas de la leche materna están compuestas por aminoácidos. Tu leche cuenta con más de 20 compuestos de este tipo.

La primera leche que producen tus pechos tras el parto se denomina calostro. Esta leche materna densa y viscosa a menudo recibe el nombre de «oro líquido», no solo por su color amarillo o anaranjado, sino también por su enorme importancia a la hora de nutrir y proteger a tu recién nacido, que es muy vulnerable.

La Organización Mundial de la Salud recomienda que los bebés deben ser amamantados exclusivamente durante los primeros seis meses de vida, y después introducir alimentos complementarios nutricionalmente adecuados y

seguros, mientras se continúa con lactancia materna hasta los dos años de edad o más.

Al principio producirás cantidades muy pequeñas, entre 40 y 50 ml durante un periodo de 24 horas, pero como tu bebé tiene un estómago del tamaño de una canica, será todo lo que necesite. El calostro también es muy fácil de digerir.

La leche materna es un 87,5% agua. El 12,5% restante se compone de hidratos de carbono, grasas y proteínas (las tres fuentes de energía = macronutrientes), así como micro-nutrientes esenciales (vitaminas, minerales y oligoelementos).

La leche también cambia durante la toma. Al principio contiene más agua y lactosa, mientras que al final de la toma tiene mayor contenido en grasa.

VENTAJAS DE LA LACTANCIA MATERNA PARA LA MADRE

En este caso las madres que amamantan tienen menos riesgo de sufrir las siguientes enfermedades:

- Libera oxitocina, esto ayuda a que el cuerpo se recupere más rápido después de cada parto. Además ayuda a retrasar un nuevo o segundo embarazo.
- Ayuda a perder el peso ganado durante el embarazo de forma natural.
- Reduce el riesgo de sufrir depresión postparto.
- Estos estudios demuestran que las mujeres que amamantan a sus bebés con leche materna tienen menos probabilidades de padecer cáncer de mama, de ovarios, y de útero.

También puede ayudar a mantener los huesos fuertes, lo que ayuda a protegerle de fracturas óseas en una edad mayor.

VENTAJAS DE LA LACTANCIA MATERNA PARA LA PERSONA RECIÉN NACIDA

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.

La cantidad y calidad de la leche materna es suficiente, por lo que es necesario que al bebé se le den otros alimentos como agua o jugos antes de los 6 meses. Recuerda que, tu leche es la mejor opción ya que favorece el sano crecimiento y desarrollo.

La leche materna ofrece protección inmediata, así como estimulación del sistema inmunológico.

Las ventajas para el recién nacido son las siguientes:

- Disminuye el número y la gravedad de algunas infecciones.
- Estimulas sistemas enzimáticos y metabólicos.
- Consigue el mayor rendimiento nutritivo con la menor sobre carga metabólica.
- Disminuye el riesgo de síndrome de muerte súbita del lactante.
- La leche materna se digiere mejor y tiene efectos positivos a largo plazo sobre la salud del niño disminuyendo el riesgo de que padezca alergias, diabetes, enfermedad celíaca, enfermedad inflamatoria intestinal, obesidad, hipertensión o cifras altas de colesterol.

Otro de los indicadores importantes sobre lactancia materna recomendados por la OMS es el inicio temprano del amamantamiento, esto es iniciar la lactancia materna en la primera hora de vida, “la hora de oro”. Según la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (ENSANUT) del 2018, menos de la mitad (47.7%) de los lactantes en México empieza a mamar durante la primera hora de vida.

MANIFESTACIONES DIGESTIVAS PROPIAS DEL LACTANTE

La lactancia natural es una forma sin parangón de proporcionar un alimento ideal para el crecimiento y el desarrollo sanos de los lactantes; también es parte integrante del proceso reproductivo, con repercusiones importantes en la salud de las madres.

De los principales trastornos gastrointestinales podemos mencionar; cólico del lactante, la disquecia del lactante, la regurgitación del lactante, el síndrome de rumiación del lactante, síndrome de vomito cíclico, la diarrea y el estreñimiento funcional. Los tratamientos varían dependiendo de la sintomatología gastrointestinal y la edad.

El reflujo gastroesofágico ocurre en casi todos los recién nacidos, y se manifiesta como eructos húmedos después de la alimentación. La incidencia del reflujo gastroesofágico aumenta entre los 2 meses y 6 meses de edad (probablemente debido a un mayor volumen de líquido en cada comida) y luego comienza a disminuir después de los 7 meses.

El reflujo gastroesofágico se resuelve en aproximadamente el 85% de los niños para los 12 meses y en el 95% en 18 meses.

Los lactantes a quienes el reflujo ha causado enfermedad por reflujo gastroesofágico presentan síntomas adicionales, como irritabilidad, rechazo al alimento y/o síntomas respiratorios tales como tos crónica recurrente o sibilancias y, a veces, estridor. Los lactantes pueden no aumentar de peso adecuadamente o, con menos frecuencia, pierden peso.

La leche materna es la primera comida natural para los lactantes. Aporta toda la energía y los nutrientes que el niño necesita en sus primeros meses de vida, y sigue cubriendo la mitad o más de las necesidades nutricionales del niño durante el segundo semestre de vida, y hasta un tercio durante el segundo año. La lactancia materna exclusiva reduce la mortalidad del lactante por enfermedades frecuentes en la infancia, tales como la diarrea o la neumonía, y ayuda a una recuperación más rápida de las enfermedades.

CONCLUSIÓN

En general la leche materna, es el mejor alimento que una madre puede ofrecer a su hijo o hija tan pronto nace, ya que proporciona los nutrientes necesarios para lograr un crecimiento y desarrollo adecuado para el bebé, es decir contiene todos los nutrientes perfectos en calidad y cantidad, que son de fácil digestión para el bebé.

REFERENCIAS

1. <https://www.healthychildren.org/Spanish/agesstages/baby/breastfeeding/Paginas/whybreastfeed.aspx#:~:text=Las%20hormonas%20que%20se%20liberan,c%C3%A1nceres%20de%20mama%20y%20ovarios.>
2. <https://www.riojasalud.es/servicios/pediatría/articulos/ventajas-de-la-lactancia-materna>
3. https://www3.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=9328:breastfeeding-benefits&Itemid=42403&lang=es#gsc.tab=0
4. <https://www.google.com/search?q=Manifestaciones+Digestivas+propias+del+Lactante.>
5. <https://www.archivosdemedicina.com/medicina-de-familia/trastornos-funcionales-digestivos-del-lactante.>
6. <https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/47815/TFG-H2277.pdf?sequence=1&isAllowed>
7. <https://www.cun.es/chequeos-salud/vida-sana/nutricion/nutricion-lactante>
8. <https://www.msmanuals.com/es-mx/professional/pediatría/trastornos-gastrointestinales-en-reci%C3%A9n-nacidos-y-lactantes/>
9. <https://www.mastermama.co/blog/sabes-cuales-son-los-componentes-de-la-leche-materna.>
10. <https://www.gruporecoletas.com/noticias/lactancia-materna-o-artificial-ventajas>
11. <https://www.almiclub.es/lechematerna#:~:text=La%20leche%20materna%20es%20un,vitaminas%20minerales%20y%20oligoelementos.>
12. <http://lactanciamaterna.aeped.es/lactancia-por-etapas/#:~:text=La%20composici%C3%B3n%20de%20la%20leche%20ambi%C3%A9n%20cambia%20durante%20la%20toma,tiene%20mayor%20contenido%20en%20grasa.&text=La%20leche%20materna%20es%20el,y%20desarrollo%20f%C3%ADsico%20y%20emocional.>
13. <https://www.paho.org/es/temas/lactancia-materna-alimentacion-complementaria#>
14. <https://www.google.com/search?q=segun+la+oms+hasta+que+edad+es+la+lactancia+materna&rlz>
15. <https://www.aeped.es/sites/default/files/documentos/201701-lactancia-materna-mejor-ambos.pdf>
16. https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0026-17422022000200003