



Mi Universidad

INFOGRAFIA

NOMBRE DEL ALUMNO: FÁTIMA GUADALUPE AGUILAR VÁZQUEZ

NOMBRE DEL TEMA: SOBRE LA IMPORTANCIA DE LA LACTANCIA MATERNA EN RELACIÓN DE ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES

PARCIAL: PRIMER

NOMBRE DE LA MATERIA: NUTRICION EN ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES

NOMBRE DEL PROFESOR: ITALIA YAMILETH HERNANDEZ FIGUEROA

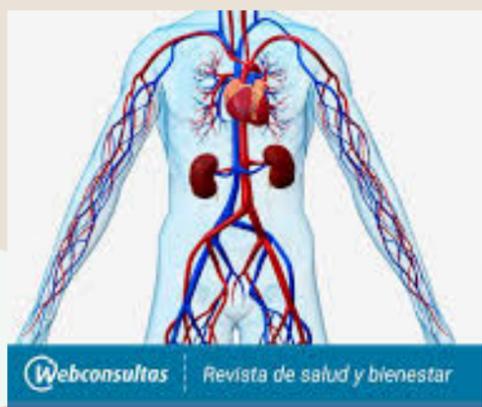
NOMBRE DE LA LICENCIATURA: NUTRICIÓN

CUATRIMESTRE: SEXTO

SOBRE LA IMPORTANCIA DE LA LACTANCIA MATERNA EN RELACIÓN DE ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES

¿CUÁL ES LA IMPORTANCIA DE LA LACTANCIA MATERNA?

La leche materna es el alimento ideal para tu bebé. Contiene todos los elementos nutritivos que necesita para su crecimiento y desarrollo, así como las sustancias que lo protegen contra infecciones y alergias.



¿CUÁL ES LA CAUSA DE LAS ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES?

edad, sexo, antecedentes familiares, el tabaquismo, la mala alimentación, la falta de actividad física, el consumo de alcohol, la hipertensión, la diabetes y la obesidad.



¿QUÉ ENFERMEDADES SE PREVIENEN CON LA LACTANCIA MATERNA?

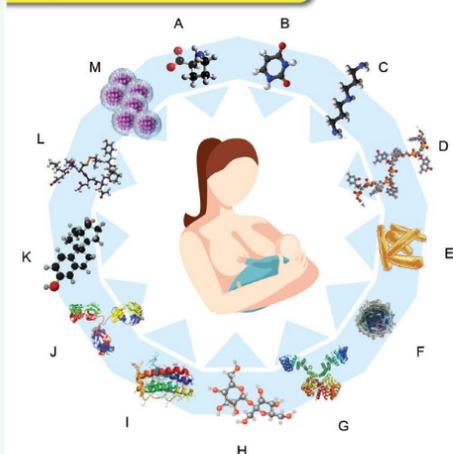
La lactancia materna ayuda a prevenir el sobrepeso y la diabetes tipo 2 en la niñez. La lactancia materna prolongada reduce el riesgo de sobrepeso y obesidad en un 13%, lo que contribuye a combatir las enfermedades no transmisibles causadas por la obesidad. También disminuye el riesgo de diabetes tipo 2 en 35%.



¿CÓMO FAVORECE LA LACTANCIA MATERNA EN EL DESARROLLO Y EL APRENDIZAJE?

se contribuye al desarrollo cognitivo de los niños y su coeficiente intelectual es 2.6 puntos mayor que los que no fueron amantados, con lo cual mejora el potencial educativo

Componentes de la Leche Materna

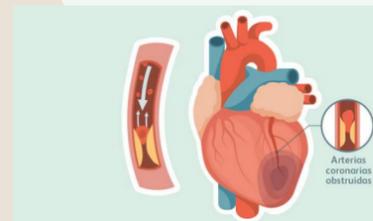


¿QUÉ EFECTOS DAÑINOS PROVOCA LA FALTA DE LACTANCIA MATERNA EN LOS NIÑOS RECIÉN NACIDOS?

gastroenteritis, asma, meningitis, neumonía, leucemia, muerte súbita del lactante



En un estudio publicado en la revista *Journal of the American Heart Association* en enero del 2022, investigadores determinaron que las mujeres que amamantaron en algún punto de su vida tenían un 17% menos de probabilidades de morir a causa de enfermedades cardiovasculares que las mujeres que nunca lo han hecho.



CONVULSION

LA ENFERMEDAD CARDIOVASCULAR ES LA PRINCIPAL CAUSA DE MUERTE DE LAS MUJERES EN TODO EL MUNDO. LA DIETA, EL EJERCICIO, DEJAR DE FUMAR Y EL CONTROL DE LA PRESIÓN ARTERIAL SON TODOS RECONOCIDOS COMO ELEMENTOS CLAVE EN LA PREVENCIÓN DE LAS ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES. SE HA DEMOSTRADO QUE LA LACTANCIA MATERNA INFLUYE POSITIVAMENTE EN LOS NIVELES DE LA PRESIÓN ARTERIAL MATERNA Y DEL NIÑO, TANTO A CORTO COMO A LARGO PLAZO. ES, PUES, NECESARIO FACILITAR MÁS INFORMACIÓN A LA POBLACIÓN PARA PROMOCIONAR LA LACTANCIA MATERNA Y CONOCER ASÍ SUS BENEFICIOS. SE HA COMPROBADO QUE LOS PROBLEMAS CARDIOVASCULARES DE LAS MADRES QUE LACTAN SON MENORES QUE LAS DE AQUELLAS QUE NO LO HAN HECHO NUNCA, ENTRE ELLOS, LA HIPERTENSIÓN ARTERIAL.