



**Mi Universidad**

**Súper nota**

*Nombre del Alumno: Lucero del Milagro Bastard Mazariego.*

*Nombre del tema: Lactancia materna.*

*Parcial: 4°.*

*Nombre de la Materia: Enfermería en el cuidado de la mujer.*

*Nombre del profesor: Sandra Yasmin Ruiz Flores.*

*Nombre de la Licenciatura: Enfermería.*

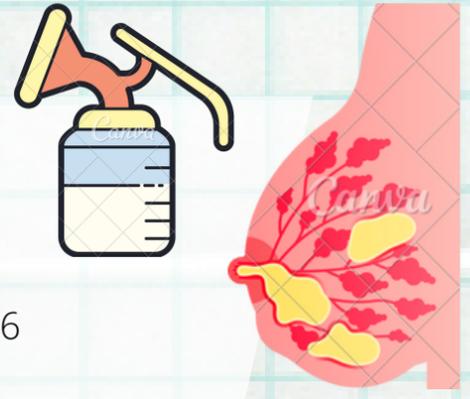
*Cuatrimestre: 4°.*



# LACTANCIA MATERNA

## ¿QUÉ ES?

La lactancia materna es el proceso por el que la madre alimenta a su hijo recién nacido a través de sus senos, que segregan leche inmediatamente después del parto, que debería ser el principal alimento del bebé al menos hasta los 6 meses de vida.



## IMPORTANCIA

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. La cantidad y calidad de la leche materna es suficiente, por lo que no es necesario que le des otros alimentos como agua, té o jugos, antes de los seis meses. Los bebés amamantados tienen menos probabilidades de desarrollar obesidad tanto en la infancia como en la época adulta. Al amamantar a tu bebé estrechas los lazos de afecto con él o ella, por ello trata de que sea una experiencia agradable y tranquila para ambos. Recuerda, tu leche es la mejor opción ya que favorece el sano crecimiento y desarrollo.

## COMPONENTES

La leche materna incluye todos los nutrientes que un recién nacido requiere hasta los seis meses de edad, por lo que será su único alimento.

- **Grasas:** En cada 100 mililitros de leche hay 3,5 gramos de grasa
- **Carbohidratos:** El principal es la lactosa, cuya presencia es más alta que en otro tipo de leches y sirve como fuente de energía. Otros hidratos de carbono presentes en la leche materna son los oligosacáridos.
- **Proteínas:** Algunas de estas proteínas son la caseína o la alfa-lactoalbúmina. La beta-lactoglobulina.
- **Vitaminas y minerales:** La leche materna ofrece la cantidad adecuada de la mayoría de las vitaminas, a excepción de la vitamina D.
- **Factores anti-infecciosos:** Entre ellos se encuentran las inmunoglobulinas, los glóbulos blancos, las proteínas del suero o los oligosacáridos.
- **Factores bioactivos:** Algunos de ellos son la lipasa, que ayuda a la digestión de la grasa en el intestino delgado; o el factor epidérmico de crecimiento, que estimula la maduración de las células de la mucosa del intestino para mejorar la absorción y digestión de los nutrientes.

## TÉCNICA

- Lávate las manos con agua y jabón antes de amamantar.
- Inicia con un masaje suave con la yema de tus dedos en forma circular, alrededor de la areola y en línea recta, de la base de la mama hacia el pezón.
- Adopta la posición más cómoda, ya sea sentada o acostada, con la espalda bien apoyada.
- Toma en cuenta que:
  - La cabeza del bebé y todo su cuerpo debe estar inclinado siguiendo el eje de tu pecho
  - Su cara debe estar frente a tu pecho y su estómago frente a ti
  - Su oreja, hombro y cadera deben formar una línea
- Sostén tu pecho con tu mano en forma de "C" y revisa que tu bebé tome el pezón y parte de la areola con su boca bien abierta.
- Cuando termines de amamantar al bebé recuerda sacarle el aire o hacerlo eructar dándole suaves palmadas en la espalda.



## CONTRADICCIONES

- Infección por el virus de la inmunodeficiencia humana. La infección materna por VIH constituye una contraindicación para la lactancia en países desarrollados.
- Infección por el virus de la leucemia humana de células T. Se ha demostrado la transmisión del virus HTLV tipo I y II, que causa la leucemia/linfoma de células T del adulto, a través de la leche materna
- Galactosemia La lactancia materna está contraindicada en los niños afectados por galactosemia. Estos niños deben recibir una dieta sin lactosa ni galactosa desde el nacimiento.
- Deficiencia primaria congénita de lactasa El déficit congénito de lactasa contraindica la lactancia materna. Esta forma de comienzo temprano en el periodo neonatal.
- Fármacos y drogas contraindicadas durante la lactancia. Si una madre lactante precisa medicación, se debe buscar un fármaco que sea adecuado para el tratamiento de la madre y compatible con la lactancia.

## BIBLIOGRAFÍA

- ¿Qué es la lactancia materna? (2015, julio 21). CuidatePlus. <https://cuidateplus.marca.com/familia/bebe/diccionario/lactancia-materna.html>
- No title. (s/f). Gob.mx. Recuperado el 3 de diciembre de 2023, de [https://www.imss.gob.mx/\\_maternidad2/eres-mama/lactancia-materna](https://www.imss.gob.mx/_maternidad2/eres-mama/lactancia-materna)