



Mi Universidad

SUPER NOTA

Nombre del alumno: María Guadalupe Perez perez

Nombre del tema: Importancia de la Lactancia materna,
componentes de la lactancia.

Parcial: 4ª parcial

Nombre de la materia: Enfermería en el cuidado de la mujer

Nombre del profesor: Sandra Yasmin Ruiz Flores

Nombre de la licenciatura: Lic. en Enfermería

Cuatrimestre: 4ª Cuatrimestre

IMPORTANCIA DE LA LACTANCIA MATERNA

COMPONENTES, TECNICAS Y CONTRAINDICACIONES



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.



Importancia

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.

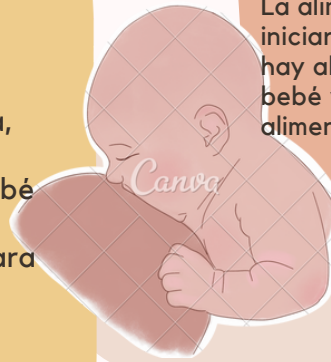
La alimentación con leche materna debe iniciarse inmediatamente al nacer, si no hay algún impedimento médico, cada bebé va marcando su frecuencia de alimentación de acuerdo a su necesidad.

BENEFICIOS DE LA LECHE MATERNA

La leche materna es más que un alimento nutritivo, pues en ella tu bebé encuentra el equilibrio perfecto entre sabor, consistencia, vitaminas, minerales, nutrientes (macro y micro) y demás elementos esenciales.

Mientras que es posible extraer tu leche materna, para así alimentar indirectamente a tu pequeño, varios estudios muestran que amamantar a tu bebé es una experiencia que brinda docenas de beneficios, no solo para tu bebé, sino también para ti como mamá. ¡Conoce los más importantes!

- nutrición que se adapta a tu pequeño
- brinda anticuerpos únicos
- puede reducir algunas enfermedades favorece la inteligencia de tu bebe.

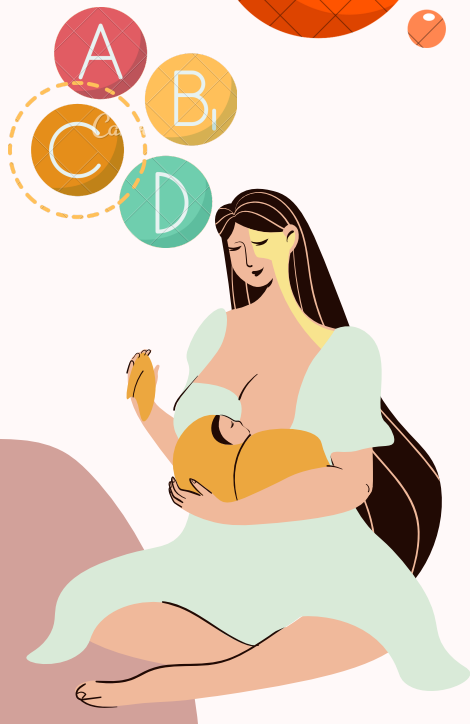


Estos son algunos de esos componentes extra que aporta la leche materna con cada toma, muchos de los cuales no se pueden replicar:

COMPONENTES DE LA LECHE MATERNA

Protein

- Millones de células vivas. Entre ellas se incluyen los glóbulos blancos, que refuerzan el sistema inmunitario, y los citoblastos, que ayudan al desarrollo y curación de los órganos 2.
- Más de 1000 proteínas 3 que ayudan al crecimiento y desarrollo de tu bebé, activan su sistema inmunitario y desarrollan y protegen las neuronas cerebrales.
- Todas las proteínas de la leche materna están compuestas por aminoácidos. Tu leche cuenta con más de 20 compuestos de este tipo. Algunos de ellos, denominados nucleótidos, elevan sus niveles por la noche, y los científicos creen que pueden inducir el sueño 4,5.
- Más de 200 azúcares complejos llamados oligosacáridos 6, que actúan como prebióticos, alimentan a las «bacterias buenas» del intestino de tu bebé. También evitan que las infecciones lleguen al torrente sanguíneo y reducen el riesgo de inflamación cerebral.
- Más de 40 enzimas 7. Las enzimas son catalizadores que aceleran las reacciones químicas en el cuerpo. Las enzimas de tu leche ayudan a los sistemas digestivo e inmunitario de tu bebé, además de permitir la absorción del hierro.
- Factores de crecimiento que favorecen un desarrollo saludable 1. Estos factores de crecimiento afectan a muchas partes del cuerpo del bebé, como los intestinos, los vasos sanguíneos, el sistema nervioso y las glándulas, que segregan hormonas.





IMPORTANCIA DE LA

LACTANCIA MATERNA

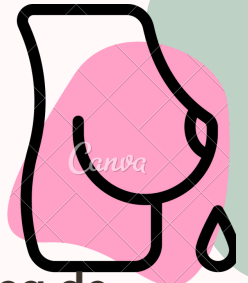
COMPONENTES, TÉCNICAS Y CONTRAINDICACIONES

COMPONENTES DE LA LECHE MATERNA

- Vitaminas y minerales, que son nutrientes que favorecen el crecimiento saludable y el funcionamiento de los órganos, y además ayudan a la formación de los dientes y huesos del bebé ¹.
- Anticuerpos, también conocidos como inmunoglobulinas. Hay cinco formas básicas de anticuerpos y todas ellas están presentes en tu leche ⁸. Protegen a tu bebé contra las enfermedades e infecciones, ya que neutralizan las bacterias y los virus.

Los primeros días: el calostro

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. El calostro tiene los mismos ingredientes que la leche con la que contarás posteriormente, pero las cantidades de estos ingredientes son diferentes y está adaptado a las necesidades de tu recién nacido.



-técnica de amamantamiento-

- 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.
- Si presentas grietas y dolor en los pezones, humidécelos con leche materna y utiliza la técnica correcta de amamantamiento, por ningún motivo suspendas la lactancia.

CONTRAINDICACIONES DE LA LACTANCIA MATERNA

A pesar de los indudables beneficios de la lactancia materna, hay algunas situaciones en las que la lactancia materna no es la mejor opción para el niño. Entre éstas se incluyen los niños con galactosemia, los hijos de madres con tuberculosis activa no tratada y los niños cuyas madres estén infectadas por el virus de la inmunodeficiencia humana (85,86). Los hijos de madres adictas a drogas tampoco deberían amamantar a sus hijos sin embargo actualmente las madres en programa de desintoxicación y que reciben metadona pueden, si lo desean y con un adecuado seguimiento, lactar a sus hijos (87,88).

- Infección por el virus de la inmunodeficiencia humana VIH
- Infección por el virus de la leucemia humana de células T (HTLV-1)
- Quimioterapia y radioterapia por diagnóstico de cáncer
- Consumo de cocaína o Co-consumo de sustancias problemáticas.
- Patologías psiquiátricas de la madre con riesgo hacia el bebé.
- Galactosemia.



BIBLIOGRAFÍA:

- https://www.sap.org.ar/docs/congresos_2019/39%20Conarpe/Viernes/arlo_ociertos.pdf
- <https://www.imss.gob.mx/node/94951#:~:text=T%C3%A9cnica%20de%20amamantamiento&text=Toma%20en%20cuenta%20que%3A,cadera%20deben%20formar%20una%20I%C3%ADnea>
- https://www.imss.gob.mx/_maternidad2/eres-mama/lactancia-materna