



**Mi Universidad**

## **Super Nota**

Nombre de la Alumna: Densee Lineth Bautista  
Peralta

Nombre del tema: Importancia de la Lactancia  
materna, Componentes de la lactancia,  
Técnica de la lactancia materna,  
Contraindicaciones de la lactancia materna  
Parcial: 4to

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

Nombre del profesor: Sandra Jasmín Ruiz  
Flores

Nombre de la Licenciatura: Enfermería  
Cuatrimestre: 4to



# IMPORTANCIA DE LA LACTANCIA MATERNA, COMPONENTES DE LA LECHE MATERNA Y TECNICAS DE LACTANCIA MATERNA, CONTRAINDICACIONES DE LA LACTANCIA MATERNA

## 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.



Los bebés amamantados tienen menos probabilidades de desarrollar obesidad tanto en la infancia como en la época adulta.

## COMPONENTES DE LA LACTANCIA MATERNA

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

### Agua

La leche está en un 88% constituida por agua lo que ayuda a mantener un equilibrio electrolítico en nuestro hijo.

### Proteínas

Aunque la concentración de proteínas es baja en la leche humana (0,9 g/100 ml) es lo que el recién nacido necesita para su óptimo desarrollo.

### Grasas

Este es de los componentes más variables pues presenta cambios tanto en el contenido total de grasa, así como en la composición de ácidos grasos, siendo el principal aporte de energía para el niño después del nacimiento.

### Hidratos de carbono

El principal hidrato de carbono es la lactosa y en la leche materna está presente en aprox. 7 g por 100 ml, que ayuda a que el cuerpo del pequeño absorba con facilidad el calcio y el hierro.



### Vitaminas

Las vitaminas que contiene la leche materna son las necesarias para nuestro pequeño, sin embargo, estas pueden variar dependiendo de la alimentación de la madre.

Dentro de las que se pueden encontrar en este alimento están las vitaminas A, K, E, D, las liposolubles y las hidrosolubles.

### Minerales

La concentración de estos es baja en la leche materna sin embargo cumplen con los requerimientos nutricionales que el lactante necesita. Aquí se encuentran el calcio, fósforo, hierro, zinc, cobre, cobalto, selenio, cromo, manganeso, aluminio, plomo, cadmio y yodo.

## TECNICAS DE LACTANCIA MATERNA

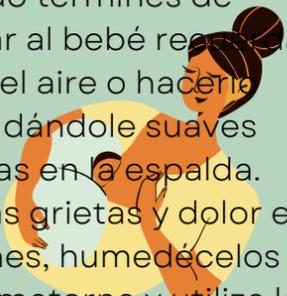


- Lávate las manos con agua y jabón antes de amamantar.
- Inicia con un masaje suave con la yema de tus dedos en forma circular, alrededor de la areola y en línea recta, de la base de la mama hacia el pezón.
- Adopta la posición más cómoda, ya sea sentada o acostada, con la espalda bien apoyada.

- 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 respaldalo para sacarle el aire o hacerle eructar dándole suaves palmadas en la espalda.
- Si presentas grietas y dolor en los pezones, humedécelos con leche materna y utiliza la técnica correcta de amamantamiento, por ningún motivo suspendas la lactancia.

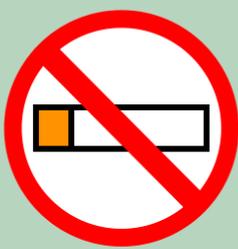


## CONTRAINDICACIONES DE LACTANCIA MATERNA

### GALACTOSEMIA

Es una enfermedad causada por una mutación del gen *GALT* (9p13) que codifica la enzima galactosa-1-fosfato uridiltransferasa responsable del metabolismo de la galactosa.

En los bebés que toman leche materna o de fórmula con lactosa se producen hipoglucemias, retrasos del crecimiento, problemas hepáticos y alteraciones del sistema nervioso irreversibles que en el caso de continuar con una alimentación inadecuada puede desembocar en sepsis y muerte.



### DROGAS

el consumo de drogas (anfetaminas, cocaína, LSD y depresores del SNC) ha demostrado efectos nocivos en los bebés amamantados, sin embargo, la metadona no presenta ningún riesgo y además favorece la buena evolución del síndrome de abstinencia del bebé.

### CÁNCER DE MAMA

las células tumorales por la leche materna, por ello estaría contraindicada la lactancia en el caso de que sea necesario un tratamiento de quimioterapia.



## BIBLIOGRAFIAS

- [https://imss.gob.mx/\\_maternidad2/eres-mama/lactancia-materna](https://imss.gob.mx/_maternidad2/eres-mama/lactancia-materna)
- <https://revistamedica.com/contraindicaciones-lactancia-materna/>
- <http://lactanciamaterna.aeped.es/tecnicas-de-lactancia-materna/>
- <https://www.similac3.mx/blog/sabes-cuales-son-los-componentes-de-la-leche-materna.html>