



Mi Universidad

SUPER NOTA

**Nombre del tema: Joana lizeth
Jiménez juarez**

Tema lactancia materna

Parcial: 4TO

Nombre de la Materia:

**Enfermería en el cuidado de la
mujera**

**Nombre del profesor: Sandra
Yasmin ruiz florez**

**Nombre de la Licenciatura:
Enfermería**

Cuatrimestre: 4to

Importancia de la **LACTANCIA MATERNA**

La Organización Mundial de la Salud recomienda la lactancia materna de forma exclusiva durante los primeros seis meses de vida, esto garantiza un adecuado crecimiento y desarrollo de todos los niños y niñas. La lactancia materna en los primeros 6 meses provee todos los nutrientes y el agua, que el bebé necesita.



beneficios



- Permite y fomenta que el niño regule el consumo de leche y energía. Ya que la succión del seno materno implica esfuerzo para el bebé, él solo va a demandar lo que necesita fisiológicamente, desarrollando su sistema de autoregulación.
- Promueve un crecimiento adecuado. A diferencia de las fórmulas lácteas, la leche materna no tiene exceso de proteínas, por lo que el crecimiento del bebé lactado será el óptimo.

- Fomenta el desarrollo y el funcionamiento adecuado del mecanismo de apetito y saciedad. La leche materna contiene hormonas asociadas con el mecanismo de apetito y saciedad, el cual se desarrolla en las primeras semanas.

- Propicia una mejor regulación metabólica del colesterol. Ya que la leche materna contiene colesterol, los niños lactados desarrollan un mejor manejo metabólico de esta sustancia en etapas futuras.

- Fomenta una mejor alimentación complementaria. El sabor de la leche materna depende de los alimentos que consume la madre. De ahí que al iniciar la alimentación complementaria los niños amantados acepten mejor nuevos alimentos.



- Fomenta estilos de crianza y alimentación saludables. Los estilos de crianza impositivos se han asociado con sobrepeso. En la lactancia materna el bebé decide cuánto y a qué hora comer.
- La leche materna provee probióticos. La leche materna no es una sustancia estéril, contiene una gran cantidad de bacterias provenientes de la madre que han mostrado ser benéficas para el bebé.
- Favorece una buena mordida y alineación dental. La succión del seno materno que realiza el bebé ayuda a que la mandíbula se alinee y se tenga una mejor mordida.
- Previene el cáncer de mama. Se ha demostrado que la lactancia materna ayuda a las mujeres a prevenir el desarrollo de cáncer de mama.
- Fortalece el vínculo afectivo entre madre e hijo.

COMPONENTES DE LA LECHE MATERNA

la leche materna como una emulsión especial de composición compleja: Incluye más de más de 200 componentes, carbohidratos principalmente, pero lípidos de alta calidad, proteínas y glóbulos grasos disueltos en una base acuosa. 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 micronutrientes esenciales (vitaminas, minerales y oligoelementos).



La leche materna está perfectamente equilibrada y adaptada a las necesidades específicas del lactante, debido a sus componentes principales, los cuales son:

- **Grasas:** En cada 100 mililitros de leche hay 3,5 gramos de grasa, aunque la cantidad que recibe el lactante varía a lo largo de la toma. La grasa se concentra especialmente al final de la toma, por lo que la leche presenta una textura más cremosa que al inicio. Las grasas de la leche materna son importantes para el desarrollo neurológico del niño.
- **Carbohidratos:** El principal es la lactosa, cuya presencia es más alta que en leches de fórmulas y sirve como fuente de energía. Otros hidratos de carbono presentes en la leche materna son los oligosacáridos, importantes para combatir infecciones.



- **Proteínas:** La leche materna contiene una menor concentración de proteínas que la leche normal, lo cual la hace más adecuada para los lactantes. Algunas de estas proteínas son la caseína o la alfa-lactoalbúmina.
- **Vitaminas y minerales:** La leche materna ofrece la cantidad adecuada de la mayoría de las vitaminas, a excepción de la vitamina D, la cual se debe obtener de manera endógena al exponer al bebé a la luz del sol.
- **Factores anti-infecciosos:** Entre ellos se encuentran las inmunoglobulinas, los glóbulos blancos, las proteínas del suero o los oligosacáridos.



TECNICA 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 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

En 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

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

Por una política probablemente proteccionista y más relacionada con intereses legales que sanitarios, casi todas las medicaciones incluyen en su prospecto o en el vademecum contraindicaciones en relación con la madre lactante, sin embargo la realidad es bien diferente y únicamente unas pocas medicaciones no son compatibles con el amamantamiento.



Con la mayoría de las medicaciones que supuestamente están contraindicadas lo único que se precisa es una supervisión más estrecha por parte del pediatra. De todas formas en relación con las medicaciones quizás se deba modificar el enfoque y más que ver si la medicación contraindica o no la lactancia lo razonable sería que se buscara una alternativa terapéutica para la madre que fuera compatible con la lactancia materna.

BIBLIOGRAFIA

- https://www.aeped.es/sites/default/files/4-promocion_de_lactancia_preinfad.pdf
- <https://culiacan.tecnm.mx/la-importancia-de-la-lactancia-materna/>

