



# UNIVERSIDAD DEL SURESTE CAMPUS TAPACHULA

## NUTRICION EN EL EMBARAZO Y LACTANCIA

### CUADRO COMPARATIVO

ALUMNO: ANTHONY GONZÁLEZ GORDILLO

DOCENTE: ITALIA YAMILETH HERNANDEZ  
FIGUEROA

CUARTOCUATRIMESTRE

# introduccion

como introduccion a este mapa comparativo, podemos mencionar que vamos a comparar un tema de alta relevancia y de alto debate, que es acerca de que es mejor, las formulas lacteas o la leche materna, esto en cuanto a su contenido y características nutricionales.

a continuacion observaran la comparacion entre estos dos tipos de leche

Satisface las necesidades de líquidos. Brindarle agüitas, infusiones u otros alimentos atenta contra una lactancia materna exitosa

01

Debe ser a libre demanda, cuando la niña o niño succiona frecuentemente va asegurar la producción de leche materna

02

El contenido adecuado de minerales favorece el funcionamiento renal del lactante; el hierro de la leche materna es de alta biodisponibilidad

03

04

La leche materna contiene compuestos nitrogenados (proteínas), inmunoglobulinas, enzimas, lactosa, grasa (ácido oleico, palmítico, ácidos grasos poliinsaturados de cadena larga, conocidas por su importancia para el crecimiento y desarrollo cerebral), oligosacáridos, además de tener alta biodisponibilidad de minerales como calcio, magnesio, hierro, cobre y zinc.

LECHE MATERNA

VS

de Proteínas la formula lactea nos aportara 14 g por cada 100 gramos

01

En cuanto a la cantidad de Azúcares totales nos ofrecen una cantidad bastante alta de 52 g por cada 100 gramos

02

al igual que la cantidad anterior podemos observar que es una cantidad algo alta de Carbohidratos totales la cual nos ofrecen 52 g por cada 100 gramos

03

04

en cuanto al aporte de Grasas totales nos ofrecen 28 g por cada 100 gramos

FORMULA LACTEA  
SIMILAC EXPERT



## CONCLUSION

a mi punto de vista el ganador en esta comparacion es la leche materna ya que es la mejor fuente de nutrientes que podemos tener siendo lactantes, las características de arriba respaldan y justifican mi respuesta, sin embargo, debemos mencionar también que en el caso de algunas mamás que no puedan tener una correcta lactancia materna obviamente también es una gran opción complementar con una fórmula láctea que vaya de acuerdo a su edad y desarrollo.