

LICENCIATURA EN NUTRICIÓN

NUTRICIÓN EN EL EMBARAZO Y LACTANCIA

**CUADRO COMPARATIVO SOBRE EL CONTENIDO NUTRICIONAL
DE LA LECHE MATERNA Y UNA FORMULA LÁCTEA (X MARCA).**

DOCENTE: ITALIA YAMILET HERNÁNDEZ FIGUEROA

ALUMNA: JOSSELINE SARAHI CERDIO ZEPEDA

NOVIEMBRE, 2023

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	3
CUADRO COMPARATIVO SOBRE EL CONTENIDO NUTRICIONAL DE LA LECHE MATERNA Y UNA FORMULA LÁCTEA (Novamil AE con necesidades especiales de nutrición con hierro)	4
CONCLUSIÓN	6
BIBLIOGRAFÍA	7

INTRODUCCIÓN

La lactancia materna es realmente beneficiosa para los bebés, aporta no solo la energía necesaria, también aporta una gran cantidad de proteínas, estimulan la proliferación celular, la síntesis de ADN y ARN y el crecimiento y maduración de ciertos órganos, enzimas, hormonas, anticuerpos, inmunoglobulinas, probióticos y antioxidantes que serán útiles en el transcurso de la vida del recién nacido. Elegir entre la lactancia materna y la lactancia con leche de fórmula es una de las decisiones más importantes que tienen que tomar los padres que esperan a un bebé y que lo acaban de tener.

Los expertos consideran que la leche materna es la mejor opción nutricional para los bebés. Pero la lactancia materna puede no ser posible para todas las mujeres. En muchas de ellas, la decisión de dar el pecho o el biberón al bebé se basa en criterios de comodidad, estilo de vida y situaciones médicas específicas.

Las leches infantiles comercializadas son una alternativa nutritiva a la leche materna y hasta contienen algunas vitaminas y nutrientes que los bebés amamantados deben obtener mediante suplementos.

Fabricadas en condiciones de esterilidad, las leches infantiles intentan reproducir la leche materna utilizando una compleja combinación de proteínas, azúcares, grasas y vitaminas.

CUADRO COMPARATIVO SOBRE EL CONTENIDO NUTRICIONAL DE LA LECHE MATERNA Y UNA FORMULA LÁCTEA (Novamil AE con necesidades especiales de nutrición con hierro)

LECHE MATERNA	LECHE DE FÓRMULA LÁCTEA NOVAMIL AE CON HIERRO
Contiene células vivas, oligosacáridos, ácidos grasos y enzimas, que la hacen fácil de digerir	La fórmula también contiene aceites vegetales, además de otros minerales y vitaminas.
Protección inmunitaria, al poseer compuestos antimicrobianos Inmunoglobulina A Secretora (sigA, sigG, sigM), propiedades de acción antiifecciosa sobre antígenos específicos	Contienen lactosa (un tipo de azúcar que se encuentra en la leche) y minerales de la leche de la vaca.
Provee Lactoferrina, inmunomodulación, quelación de hierro, mucinas, ácidos grasos	Proporcionan energía, hidratación y nutrientes.
Compuestos de tolerancia, Citoquinas, anticuerpos	Provee de aceites vegetales, como aceite de palma, colza, coco, girasol y soja
Compuestos del desarrollo del sistema inmune, hormonas, neutrófilos, linfocitos, citoquinas, factores de crecimiento, homronas, péptidos lácteos	Vitaminas y minerales de origen vegetal y animal
Provee compuestos antiinflamatorios, como citoquinias, receptores antagonistas de IL-1, hormonas y factores de crecimiento.	Provee probióticos (en algunas leches de fórmula)
Provee de agua 88%, proteínas Caseína : tiene como función principal el aporte de aminoácidos, fósforo y calcio al bebé. Lactosuero , inmunoglobulinas (anticuerpos):	En esta marca, hay más contenido de hierro.

impiden la colonización de gérmenes patógenos en la mucosa intestinal, **carbohidratos Lactosa**. Su principal función, junto a las grasas, es el aporte de energía necesaria para el crecimiento y desarrollo del bebé. Es fundamental para la absorción de hierro, calcio y magnesio. Inhibe el crecimiento de bacterias, hongos y parásitos, favoreciendo la colonización en el intestino de flora intestinal beneficiosa (lactobacillus bífidus). **Galactosa**. Indispensable para el desarrollo del sistema nervioso central del niño., **Grasas Omega- 3, Minerales Calcio, hierro, potasio, zinc, flúor y magnesio.**, **Vitaminas Liposolubles: A, D, E y K.** Durante el primera año de vida del bebé se recomienda un suplemento de vitamina D. **Hidrosolubles: complejo vitamínico B (se recomienda a las madres vegetarianas suplemento B12), vit. C.**

Novamil® AE2

Información nutruimental / nutricional

Nutriente	Unidad	Por ración (30 ml de agua + 1 medida de polvo)		Por 100 kcal
		Por 100 g	Por 100 mL	
Contenido energético	kcal	483	63	21
Proteínas	g	2.025	263	87
Grasas	g	15.9	2.1	0.7
de las cuales:				
Grasa saturada	g	10.3	1.3	0.4
Grasa poliinsaturada	g	4.6	0.6	0.2
Grasa monoinsaturada	g	3.9	0.5	0.2
Ácido linoleico (Omega 6)	g	3.9	0.5	0.2
Ácido α linoleico (Omega 3)	mg	385	50.1	16.6
Grasa monoinsaturada	g	6.6	0.9	0.3
Ácidos grasos trans	mg	<220	<29	<9
Colesterol	mg	<17.2	<2.2	<0.7
Carbohidratos de los cuales:				
Azúcares	g	56.4	7.3	2.4
Fibra dietética	g	0	0	0

Nutriente	Unidad	Por ración (30 ml de agua + 1 medida de polvo)		Por 100 kcal
		Por 100 g	Por 100 mL	
VITAMINAS				
Vitamina A	µg Efr	450	58.5	19.4
Tiamina (B1)	µg	400	52	17.2
Riboflavina (B2)	µg	300	46.8	15.5
Pincoxina (B6)	µg	1.5	0.2	0.1
Cianocobalamina (B12)	µg	60	7.8	2.6
Vitamina C	mg	7.5	1	0.3
Vitamina D3	µg	13	1.7	0.6
Vitamina E	µg	30	3.9	1.3
Vitamina K1	µg	4.5	0.6	0.2
Niacina (B3)	mg	2.4	0.3	0.1
Ácido pantoténico (B5)	µg	60	7.8	2.6
Ácido fólico	µg	15	2	0.6
Biotina	µg	60	7.8	2.6
Colina	mg	25	3.3	1.1
Inositol	mg	60	7.8	2.6

159 mL de producto listo para ser consumido equivalen a 100 kcal.

De 6 a 12 meses de edad



Tabla comparativa entre calostro, leche madura y leche de vaca

Nutriente	Calostro	Leche madura	Leche de vaca
Agua	87	88	88
Calorías	58	70	70
Proteínas totales (g/100 ml)	2.3	0.9	3.3
Caseína (g/100 ml)	0.14	0.25	2.7
Nitrógeno total (mg/100 ml)	2.3	0.9	3.3
Lactoalbúmina (mg/100 ml)	218	161	110
Lactoferrina (g/100 ml)	0.33	0.17	trazas
Ig A(g/100 ml)	0.36	0.14	0.03
Grasas totales(g/100 ml)	2.9	4.2	3.8
Colesterol(mg/100 ml)	28	16	14
Ácido linoleico (% de la grasa)	6.8 %	8.3 %	1.6 %
Lactosa (g/100 ml)	5.3	7.3	4.8
Vitamina A (mcg/100 ml)	89	47	51
Vitamina D (mcg/100 ml)	trazas	0.004	0.002
Vitamina E (mcg/100 ml)	1280	315	70
Vitamina K (mcg/100 ml)	0.23	0.21	0.6
Biotina (mcg/100 ml)	0.06	0.6	2.8
Vitamina B 12 (mcg/100 ml)	200	26	0.5
Ácido ascórbico (mcg/100 ml)	4.4	4.5	2
Magnesio (mg/100 ml)	4	3.5	13
Calcio (mg/100 ml)	23	28	125
Potasio (mg/100 ml)	74	58	140
Sodio (mg/100 ml)	50	15	58
Fósforo (mg/100 ml)	16	15	96
Cloro (mg/100 ml)	70	42	108

CONCLUSIÓN

La nutrición de los recién nacidos e infantes es esencial para la mejora de la supervivencia infantil y su correcto desarrollo biológico. Por este motivo, la lactancia materna tiene una importancia fundamental en su alimentación. Sus múltiples factores y características intrínsecas convierten a la leche materna en una herramienta óptima para prevenir numerosas patologías a las que se enfrenta en neonato durante la etapa de crecimiento. La leche materna es una sustancia viva que se adapta a las necesidades nutricionales e inmunológica de recién nacido según este crece. La composición de la leche materna varía durante diferentes etapas, sin embargo las fórmulas lácteas resultan ser una buena opción de nutrición al bebé en dados casos donde la madre no pueda amamantar debido a factores externos o por tiempo, actualmente existen muchas marcas y formulas especiales de acuerdo a las necesidades.

BIBLIOGRAFÍA

Organización Mundial de la Salud. (2020). *Alimentación del lactante y del niño pequeño* (p.3). Revisado en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/infant-and-young-child-feeding>

Prolongar la lactancia materna evita el asma los bebés. (2018). Retrieved 16 July 2020, from https://www.consalud.es/pacientes/pacientes-avances/prolongar-la-lactancia-materna-evita-el-asma-los-bebes_48540_102.html

Albalactanciamaterna.org. 2020. *Lactancia Materna Y Prevención De Alergias Alba Lactancia Materna*. Disponible en: <https://albalactanciamaterna.org/lactancia/tema-4-cuando-los-ninos-crecen/lactancia-materna-y-prevencion-de-alergias/> .