



UNIVERSIDAD DEL SURESTE CAMPUS TAPACHULA

NUTRICION EN EL EMBARAZO Y LACTANCIA

MAPA CONCEPTUAL TIPO DE LECHES MATERNA

ALUMNO: ANTHONY GONZÁLEZ GORDILLO

DOCENTE: ITALIA YAMILETH HERNANDEZ
FIGUEROA

CUARTOCUATRIMESTRE

TAPACHULA, CHIAPAS A 16 DE OCTUBRE DEL 2023

INTRODUCCION

PARA DAR INTRODUCCION A ESTE MAPA CONCEPTUAL DEL TEMA DE LOS TIPOS DE LECHE MATERNA DEBO MENCIONAR QUE LA LECHE MATERNA ES EL MEJOR ALIMENTO Y LA MEJOR FUENTE DE NUTRIENTES QUE PODAMOS CONSUMIR COMO LACTANTES, YA QUE CONTIENE MICRO Y MACRO NUTRIENTES LOS CUALES NOS AYUDARAN A UN OPTIMO DESARROLLO DE NUESTRO ORGANISMO.

ADEMAS QUE CONOCEREMOS CUALES SON SUS INCREMENTOS Y SUS DEFICIENCIAS EN LOS 3 DIFERENTES TIPOS DE LECHE, SU APORTE NUTRICIONAL Y SUS CARACTERISTICAS MAS IMPORTANTES, ADEMAS DE UNA BREVE DEFICINION DE CADA UNO DE LOS TIPOS DE LECHE MATERNA.

LECHE MATERNA

es el mejor y único alimento que una madre puede ofrecer a su hijo o hija tan pronto nace, porque proporciona los nutrientes necesarios para lograr un crecimiento y desarrollo adecuado

CALOSTRO

Se produce durante los 4 días siguientes al parto, es de escaso volumen y alta densidad

CARACTERISTICAS

En comparación con la leche madura, el calostro tiene menos cantidades de lactosa, grasa y vitaminas, pero mayor cantidad de proteínas, vitaminas liposolubles, carotenos y minerales como sodio, zinc, hierro, azufre, manganeso, selenio y potasio.

APORTE

Ayuda al sistema inmunitario del bebé y a la función intestinal. El calostro es especialmente rico en un anticuerpo fundamental llamado IgA. Este anticuerpo protege a tu bebé contra las enfermedades

TRANSICION

es leche materna alta en proteínas que una mujer produce alrededor de 4 al día 10 días después de que nace el bebé.

CARACTERISTICAS

este tipo de leche contiene menos cantidad de proteína, mas grasa, calorías y vitamina B, contiene menos cantidad de vitaminas liposolubles

CONSISTENCIA Y APOORTE

la consistencia es líquida y de un color menos amarillento a comparación de la leche de calostro
Su aporte es de 400 a 600 ml/día.

MADURA

Se produce a partir del 10º día postparto y se mantiene hasta terminar el periodo de lactancia.

CARACTERISTICAS

aumenta la cantidad de agua, de grasas de calorías y de volumen a comparación de los dos tipos de leche anteriores

APORTE

contiene más de 1000 proteínas diferentes 12 que fomentan el desarrollo del cerebro y el sistema inmunitario de tu bebé, además de ayudarlo a crecer.

CONCLUSION

PARA CONCLUIR Y TERMINAR DE MANERA CORRECTA EL TRABAJO QUE SE REALIZO EN FORMA DE MAPA CONCEPTUAL ACERCA DEL TEMA DE INTERES DE LOS TIPOS DE LECHE MATERNA, PUEDO MENCIONAR CON SEGURIDAD QUE LA LECHE MATERNA ERA, ES Y SIEMPRE VA A SER EL MEJOR ALIMENTO QUE PODAMOS CONSUMIR COMO NEONATO O RECIEN NACIDO, POR LOS MULTIPLES NUTRIENTES QUE ESTA NOS APORTA, PERO TAMBIEN CABE MENCIONAR QUE NO SOLAMENTE ES UN TIPO DE LECHE, COMO LO EXPLICAMOS ANTERIORMENTE EN EL MAPA PODEMOS OBSERVAR QUE SON 3 DIFERENTES E IMPORTANTES TIPOS, LOS CUALES NOS AYUDARAN A NUESTRO DESARROLLO COMO LACTANTES Y POR LO CONSIGUIENTE A DESARROLLARNOS DE MANERA CORRECTA.

ESTE TRABAJO SE HACE PARA LA CONSIENTIZACION DE LAS MADRES O PERSONAS QUE VAN PARA ESTA ETAPA, YA QUE ES DE SUMA IMPORTANCIA DARLES CONOCIMIENTO E INFORMACION PARA QUE ESTEN CONSCIENTES DE LA IMPORTANCIA DE LA MISMA.

REFERENCIAS

ANTOLOGIA DE LA MATERIA DE NUTRICION EN EMBARAZO Y LACTANCIA EXTRAIDA DE LA BIBLIOTECA EN LINEA DE LA UNIVERSIDAD DEL SURESTE CAMPUS TAPACHULA EL DIA 13 DEL MES DE OCTUBRE DEL AÑO 2023