



**UNIVERSIDAD DEL SURESTE  
CAMPUS TAPACHULA**

**PASIÓN POR EDUCAR**

**LICENCIATURA EN NUTRICIÓN**

**NUTRICIÓN EN EL EMBARAZO Y LACTANCIA**

**MAPA CONCEPTUAL  
TIPOS DE LECHE MATERNA**

**DOCENTE ITALIA YAMILETH HERNÁNDEZ FIGUEROA**

**ALUMNA: JOSSELINE SARAHI CERDIO ZEPEDA**

**CUARTO CUATRIMESTRE**

**OCTUBRE, 2023**

# LECHE MATERNA

La leche materna constituye el alimento natural e ideal para recién nacidos y lactantes.

## CARACTERÍSTICAS

Es rica en proteínas, azúcares, vitaminas y minerales, además de contar con un gran número de componentes bioactivos, como hormonas, factores de crecimiento, enzimas y células vivas

## TIPOS

Son Cuatro tipos de leche materna: precalostro, calostro, leche de transición y leche madura. Cada uno de estos tipos de leche materna son buenos, por lo que no hay una leche mejor que otra. Lo que ocurre es que la leche materna cambia según las exigencias nutricionales de cada momento.

## IMPORTANCIA

Contiene todos los elementos nutritivos que necesita para su crecimiento y desarrollo, así como las sustancias que lo protegen contra infecciones y alergias, inclusive diabetes y cáncer.

### PRECALOSTRO

Acumulado en los alvéolos durante el último trimestre de la gestación. Composición: exudado plasmático, células, inmunoglobulinas, lactoferrina, seroalbúmina, cloro, sodio y lactosa.

### CALOSTRO

Se produce durante los 4 días siguientes al parto, es de escaso volumen y alta densidad (2-20 ml/toma). Tiene más proteínas, ácido siálico, vitaminas liposolubles E, A, K y carotenos; también es superior el contenido de minerales, sodio, cinc, hierro, azufre, potasio, selenio y manganeso. La proporción de proteínas séricas/caseína es de 80/20.

### LECHE DE TRANSICIÓN

Se produce entre 4-15 días luego del parto, hacia el quinto día hay un aumento brusco de su producción y va incrementando su volumen hasta llegar a 700 ml/día aproximadamente entre los 15-30 días posparto. Su composición varía hasta llegar a la de la leche madura.

### LECHE MADURA

El volumen aproximado es de 700- 900 ml/día durante los 6 primeros meses posparto. Al involucrar la lactancia, antes de desaparecer la secreción láctea, regresa a su fase calostrada.

### LECHE PRETERMINO

Está presente en mujeres que han tenido parto prematuro. Es diferente. Durante un mes aproximadamente, se adapta a las características del bebé pretérmino, con niveles superiores de vitaminas liposolubles, lactoferrina e IgA, y deficiente en lactosa y Vitamina C. Tiene más proteínas, grasas, calorías y cloruro



## CONCLUSIÓN

La leche materna constituye el alimento natural ideal para los recién nacidos y lactantes. Sus características nutricionales permiten el crecimiento del bebé y la prevención de la morbi-mortalidad infantil, especialmente por enfermedades diarreicas. Los diferentes tipos de leche que se producen en la glándula mamaria (pre-calostro, calostro, leche de transición, leche de pretérmino, y madura), se adaptan a los requerimientos del niño en el tiempo, permitiendo que los elementos constitutivos (grasas, carbohidratos, proteínas y enzimas) se absorban y digieran fácilmente, favoreciendo la formación de un sistema inmunitario eficiente. La leche materna contiene componentes que conforman su función protectora contra virus, bacterias y parásitos.

## **BIBLIOGRAFÍA**

Salazar, Scarlet, Chávez, Mervin, Delgado, Xiomara, & Eudis Rubio, Tamara Pacheco. (2009). Lactancia materna. Archivos Venezolanos de Puericultura y Pediatría, 72(4), 163-166. Recuperado en 14 de octubre de 2023, de [http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0004-06492009000400010&lng=es&tlng=es](http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0004-06492009000400010&lng=es&tlng=es).