



Universidad del sureste

Campus Tapachula

Licenciatura en Nutrición

Séptimo cuatrimestre

primer parcial

Nutrición y actividades pediátricas

Mapa conceptual

Tipos de leche

Docente:

ITALIA YAMILETH HERNANDEZ FIGUEROA

Alumna:

VALERY CONCEPCIÓN CABRERA CRISPIN

# Introducción

- La lactancia materna les proporciona a los bebés todos los nutrientes que necesitan para crecer y que su sistema inmunológico se desarrolle plenamente
- La lactancia materna exclusiva (LME) es un tipo de alimentación que consiste en que el bebé solo reciba leche materna y ningún otro alimento sólido o líquido a excepción de soluciones rehidratantes, vitaminas, minerales o medicamentos.

# Tipos de leche

## Pre calostro

secreción mamaria producida durante el tercer trimestre de gestación.

### Para que sirve

Esta leche ofrece protección inmunológica al bebé, ya que en los primeros días de vida es cuando más riesgo de infección existe

## Calostro

El calostro, la primera leche que se produce cuando se inicia la lactancia, es el alimento ideal para un recién nacido. Es muy concentrado, está repleto de proteínas y tiene una alta densidad de nutrientes, por lo que con solo una pequeña cantidad conseguirás saciar el diminuto estómago de tu bebé.

### Duración

entre 2 y 3 días

### Importancia

combate las infecciones protegiendo las mucosas del intestino, la nariz y la garganta del recién nacido.

## Leche de transición

leche materna alta en proteínas: caseína y suero de leche

### Duración

alrededor de 3 a 6 días después de que nace el bebé

### Importancia

fuentes de energía de rápida metabolización, se cree que tienen efectos antiviricos.

## Leche madura

Tiene un poco más de agua, proteínas, hidratos de carbono, grasas, minerales y vitaminas, elementos traza como selenio y zinc, hormonas y enzimas y cubrirá las necesidades del lactante hasta que cumpla los 6 meses de vida.

### Duración

Se produce a partir del 15º día postparto y se mantiene hasta terminar el periodo de lactancia.

### Importancia

es rica en micronutrientes: vitaminas, minerales y oligoelementos, desde el calcio hasta el cadmio, que ayudan a su desarrollo y bienestar.

# Conclusión

- Es importante darle al lactante de los 4 tipos de leche, ya que cuentan con los macro y micro nutrientes que el lactante necesita, de igual manera ayuda a suplir sus necesidades calóricas, ayuda a reforzar su sistema inmune y su flora intestinal.