



# UUDS

## Mi Universidad

### MAPA CONCEPTUAL

Nombre del Alumno: Fátima Guadalupe Aguilar Vázquez

Nombre del tema: Tipos De Leche Materna

Parcial: Primero

Nombre de la Materia: Nutrición Y Actividades Pediátricas

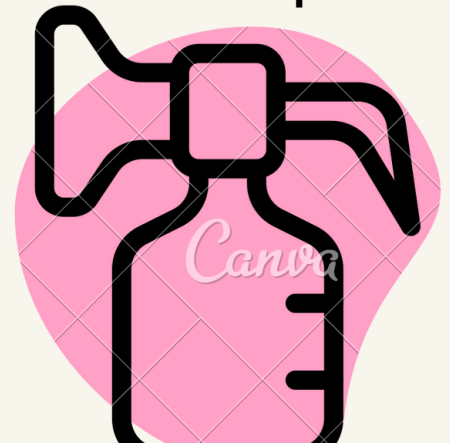
Nombre del profesor: Italia Yamileth Hernández Figueroa

Nombre de la Licenciatura: Nutrición

Cuatrimestre: Séptimo

# INTRODUCCION

La leche materna contiene el equilibrio adecuado de nutrientes para ayudar a que el bebé crezca y se convierta en un niño fuerte y sano. Algunos de los nutrientes de la leche materna también ayudan a proteger al niño de algunas enfermedades e infecciones comunes. También puede beneficiar a la salud de la madre. Algunos tipos de cáncer pueden ocurrir con menos frecuencia en las madres que amamantaron a sus bebés. Las mujeres que no tienen problemas de salud deben intentar amamantar a sus bebés por al menos los primeros seis meses de vida. La mayoría de las mujeres con problemas de salud pueden amamantar. Hay raras excepciones cuando se aconseja a las mujeres no amamantar porque tienen ciertas enfermedades. Algunos medicamentos, las drogas ilegales y el alcohol también pasan a través de la leche materna y pueden dañar al niño.



# LOS TIPOS DE LECHE MATERNA

## PRECALOSTRO

Se

Produce durante el embarazo

Sus pechos pueden estar un poco más sensibles y con un pequeño aumento de tamaño debido a que comienza la producción de leche materna

**Durante**

Esta etapa, es normal que exista la secreción de pequeñas gotas a través de los pezones.

**Las**

cuales incluso pueden llegar a secarse y formar pequeñas costras de leche



## CALOSTRO

Se

Produce desde el momento del parto y dura durante un promedio de 3 o 4 días

**Esta**

Leche es bastante distinta a la que tomará de forma regular, ya que cuenta con varias diferencias en cuanto a composición, color y espesor.

- A simple vista se puede apreciar que el calostro es de una textura consistente y cuenta con un color amarillento gracias a que posee  $\beta$ -caroteno dentro de su fórmula (la misma sustancia responsable de brindar su color característico a zanahorias y calabazas).
- Cuenta con mayor cantidad de proteínas, vitaminas liposolubles, carotenos y algunos minerales como el zinc o el sodio (haciendo que su sabor sea ligeramente salado).
- Tiene una alta concentración de proteínas dedicadas a mejorar y desarrollar el sistema inmunológico del bebé (como la proteína IgA y la lactoferrina).



## LECHE DE TRANSICIÓN

Se

Produce en promedio a partir del 4to o 5to día, durando hasta el día 11 o 12 después del parto

Cuando las madres que amamantan hablan sobre cuándo les baja la leche, se refieren al inicio de la producción de la leche de transición, la leche cremosa que se produce inmediatamente después del calostro.

- Con menor proteínas
- Con mas vitaminas hidrosolubles
- Con mas lipidos (colesterol)



## LECHE MADURA

Se

produce en promedio a partir del día 11 o 12 y termina hasta que el bebé deja de consumirla

**Es**

La leche que el cuerpo ha preparado para que el bebé pueda alimentarse de forma constante durante varios meses y cubriendo la cantidad de la misma de acuerdo con las necesidades de alimentación del hijo.

- Con mejor agua
- Con mas HCO
- Con mas minerales (hierro)



# CONCLUSION

Puedo decir que la mejor forma de alimentación para los bebés es la lactancia materna, por proveer los mejores nutrientes y los medios de defensa necesarios para protegerlos de futuras infecciones.

