



LACTANCIA MATERNA

DANIEL BERNABE MORALES
MORALES

L. N. Luna Gutiérrez Patricia
del Rosario

UNIVERSIDAD DEL SURESTE

Licenciatura en Nutrición

Planeación Dietética

Tapachula, Chiapas

09 de Marzo de 2024

Lactancia materna

Y EL INICIO DE LA ALIMENTACIÓN EN LOS MENORES

Lactancia materna

Durante los primeros meses de vida la lactancia materna (LM) es el alimento de elección.

Beneficios de la LM:

- Contiene los nutrientes necesarios en todas las etapas desde el calostro a la leche madura.
- Previene alergias alimentarias:
- Menor exposición a proteínas extrañas y alérgenos.
- Maduración más rápida de la barrera intestinal del recién nacido.
- Propiedades antiinflamatorias, inmunológicas y antiinfecciosas: IgA, lactoferrina, lisozimas...
- Previene diferentes tipos de cáncer materno e infantil.

Estos beneficios se han observado también en lactancias mantenidas en niños por encima de los 12 meses



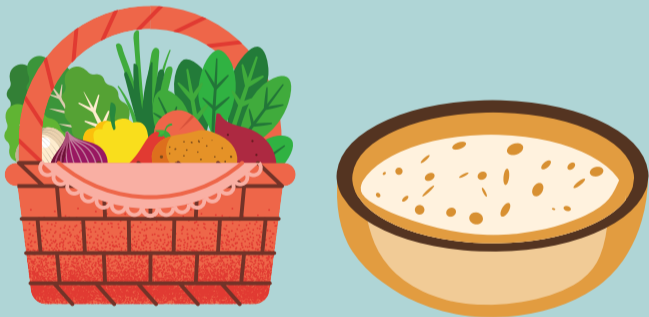
Alimentación complementaria

La alimentación complementaria (AC), también llamada Beikost (alimento adicional), diversificación alimentaria..., consiste en la introducción en la alimentación de los niños de alimentos diferentes de la LM o de las fórmulas de lactancia artificial.



De los 6 meses en adelante

A partir de los seis meses, el niño comenzará a necesitar más alimento que el proporcionado por la leche materna. Esta sigue siendo igual de necesaria, y el aporte mínimo diario no debe bajar de los 500 mililitros.



Destete

Es el proceso gradual de sustituir la leche materna por otras fuentes de nutrición. La Academia Estadounidense de Pediatría (*American Academy of Pediatrics*) recomienda la lactancia por un período de al menos un año, pero éste puede extenderse más si la madre y el bebé así lo desean.



Datos clave

La lactancia materna ayuda a prevenir el sobrepeso y la diabetes tipo 2 en la niñez

La lactancia materna prolongada reduce el riesgo de sobrepeso y obesidad en un 13%, lo que contribuye a combatir las enfermedades no transmisibles causadas por la obesidad. También disminuye el riesgo de diabetes tipo 2 en 35%.

La lactancia materna protege contra la leucemia en la niñez

Amamantar por seis meses o más se asocia con una reducción del 19% en el riesgo de leucemia en la niñez, comparado con un período más corto o con no amamantar.

La lactancia materna protege contra el síndrome de muerte súbita infantil

Los bebés que son amamantados tienen un 60% menos riesgo de morir por síndrome de muerte súbita infantil, comparados con los que no son amamantados. El efecto es aún mayor para infantes que reciben lactancia materna exclusiva.

La Lactancia Materna promueve el apego

El apego entre madre e hijo aumenta cuando las madres interactúan con sus hijos mientras amamantan. Períodos más prolongados de lactancia materna se asocian con respuestas más sensibles de las madres y la seguridad que se genera con el apego.

