



**PASIÓN POR EDUCAR**

**Alessandro Leonel López García**

**Dra. Dulce Melissa Meza López**

**Cartel de Lactancia Materna**

**Salud Pública II**

**2-C**

Comitán de Domínguez Chiapas a 30 de junio de 2025

**PASIÓN POR EDUCAR**

## TIPOS DE LECHE



### CALOSTRO

Es la 1er leche que se produce después del parto, durante 3 a 5 días.

Se produce desde aprox. el cuarto día hasta los dos semanas después del parto.

### LECHE DE TRANSICIÓN



### LECHE MADURA

A partir de la 3er o 4ta semana, la leche materna alcanza su composición madura.

## CONSERVACIÓN

garantiza la calidad de la leche materna extraída



6 meses  
Congelador -15°C

24 horas  
Nevera/Refrigeradora  
4°C

4 horas  
T ambiente 25°C  
o más frío

Lavado de  
manos



## ALMACEN

Conservan mejor las propiedades de la leche (menos pérdida de grasa).

ENVASE  
DE VIDRIO

Almacena la leche en cantidades variables y no muy voluminosas.

CANTIDAD

Cada recipiente debe indicar la fecha de extracción y el nombre del bebé.

ETIQUETADO

# LACTANCIA MATERNA



## ¿QUÉ ES?

Lactancia materna

Proceso por el que la madre alimenta a su hijo recién nacido a través de sus senos.

Leche materna

Nutriente principal del RN. Recomendado por la OMS hasta los 6 meses, **MANERA EXCLUSIVA**

## BENEFICIOS

bebé

- 1 Provee la nutrición ideal.
- 2 Tiene una combinación de vitaminas, proteínas y grasas.
- 3 Más fácil digerir.
- 4 Contiene anticuerpos.
- 5 Desarrollo y crecimiento.

mamá

- 1 Pérdida de peso.
- 2 Previene cáncer de **MAMA OVARIO**
- 3 Acelera la recuperación
- 4 Favorece la relación afectiva

# ACTANCIA MATERNA



## ¿QUÉ ES?

lactancia materna

es el alimento por el que la madre alimenta a su recién nacido a través de sus senos.

Leche materna

Nutriente principal del RN. Recomendado por la OMS hasta los 6 meses, **MANERA EXCLUSIVA**

## BENEFICIOS

bebé

Proporciona la nutrición ideal. Tiene una combinación de vitaminas, proteínas y grasas más fácil de digerir. Contiene anticuerpos. Favorece el desarrollo y crecimiento.

mamá

- 1 Pérdida de peso.
- 2 Previene cáncer de **MAMA OVARIO**
- 3 Acelera la recuperación
- 4 Favorece la relación afectiva

## TÉCNICA amamantar

1. Toma una postura cómoda tanto para la mamá-bebé.
2. Coloca al bebé en línea recta (postura que su nariz este a la altura del pezón, **estimular**).
3. Coloca la mano en forma de "C" alrededor de la mama **FAVORECE LA SUCCIÓN.**

## extracción

1. Lavarse las manos.
2. Realizarse masajes.
3. Extraerse la leche.

## POSTURA



posición recostada



gemelos



acostada de lado



posición de fútbol



posición cruzada



posición de cuna