



Tríptico

Nombre del Alumno: *Karla Lilian Martínez Bustamante.*

Nombre del tema: *Lactancia Materna*

Parcial: I

Nombre de la Materia: *Fundamentos de enfermería III*

Nombre del profesor: *Cecilia de la Cruz Sánchez.*

Nombre de la Licenciatura: *Enfermería*

Cuatrimestre: III

DURACION RECOMENDADA PARA EL AMAMANTAMIENTO



- Lactancia materna exclusiva (solo leche materna) los primeros 6 meses.
- A partir de los 6 meses, introducir alimentos complementarios adecuados y continuar la lactancia hasta los 2 años o más.

CONTRA INDICACIONES

Aunque la lactancia es segura en la mayoría de los casos, algunas condiciones requieren precaución o suspensión:

- VIH positivo (según país y acceso a tratamiento).
- Consumo de ciertos medicamentos o drogas.
- Infecciones como HTLV, tuberculosis activa no tratada.
- Galactosemia (trastorno metabólico del bebé).



PARA MAS INFORMACIÓN
PUEDES ACUDIR A TU CENTRO
DE SALUD MAS CERCANO



O ESCANEAR EL QR:



**LACTANCIA
MATERNA**

¿POR QUE ES IMPORTANTE LA LACTANCIA MATERNA?

Es una forma natural y muy beneficiosa de alimentar a los recién nacidos y bebés durante los primeros meses de vida, también promueve su salud, desarrollo y bienestar, al igual que la salud de la madre.



BENEFICIOS PARA EL BEBE

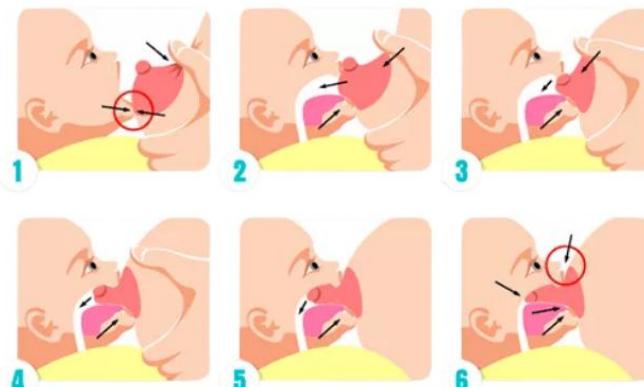
- Nutrición completa y adecuada:** Proporciona todos los nutrientes necesarios durante los primeros 6 meses de vida.
- Protección inmunológica:** La leche materna contiene anticuerpos y células inmunitarias que protegen contra enfermedades como diarrea, neumonía y otitis.
- Reducción de enfermedades crónicas:** Disminuye el riesgo de padecer diabetes tipo 1 y 2, asma, alergias y obesidad infantil.
- Desarrollo cerebral:** Se asocia con un mejor desarrollo cognitivo e inteligencia.
- Vínculo emocional:** Refuerza el apego madre-hijo, lo que influye positivamente en el desarrollo emocional.



BENEFICIOS PARA LA MAMÁ

- Recuperación postparto más rápida:** Ayuda al útero a volver a su tamaño normal y reduce el sangrado.
- Reduce el riesgo de ciertos cánceres:** Cáncer de mama y ovario.
- Puede retrasar la ovulación:** Funciona como método anticonceptivo natural durante los primeros 6 meses si es exclusiva.
- Vínculo emocional:** Refuerza el apego entre madre e hijo.

MANERA CORRECTA PARA AMANTAR AL BEBE



- Estimula al bebé rozando su labio superior con el pezón.
- Espera que abra bien la boca, como un bostezo.
- Acércalo al pecho (NO acerques el pecho al bebé).
- El bebé debe tomar el pezón y gran parte de la areola, no solo el pezón.

ETAPAS DE LA LECHE MATERNA

CALOSTRO



- Se produce durante los primeros 5 días después del nacimiento
- Es espeso, pegajoso y de color amarillo o dorado
- es rico en anticuerpos y células inmunológicas.
- ayuda a eliminar el meconio, evitando ictericia neonatal
- favorece la maduración del intestino.



- Se produce entre el 5º a 15º día posparto
- Cambio gradual entre el calostro y la leche madura.
- Aumenta en cantidad y cambia de color (más blanca o cremosa).
- Aporta más grasas, proteínas y calorías para el crecimiento del bebé.
- Continúa brindando defensas inmunológicas.

LECHE DE TRANSICIÓN



- Se produce a partir del 15º
- Compuesta por leche del inicio (más agua y lactosa) rica en vitaminas y leche del final (más grasa y calorías).
- ayuda al aumento de peso y sensación de saciedad.
- ayuda al desarrollo físico y neurológico

LECHE MADURA

POSICIONES PARA EL AMAMANTAMIENTO DEL BEBE



Posición de cuna

- El bebé está acostado de lado, con su cabeza apoyada en el pliegue del codo de la madre.
- El cuerpo del bebé queda alineado "barriga con barriga" con el de la madre.



Posición cruzada

La madre sostiene el pecho con una mano y con la otra guía al bebé desde la nuca, usando el brazo opuesto al pecho que se da.



Posición acostada de lado

- Madre y bebé se recuestan de lado, enfrentados.
- La madre guía el pecho hacia el bebé.

CONCLUSIÓN:

La lactancia materna es mucho más que alimentar: es un acto de amor profundo, de conexión única entre madre e hijo. Es el primer abrazo nutritivo que el bebé recibe fuera del vientre, lleno de protección, calor y confianza. A través del pecho, la madre no solo brinda alimento, sino también consuelo, seguridad y un lazo que fortalece día a día.

Además de todos los beneficios físicos: como proteger al bebé de enfermedades, favorecer su desarrollo y también cuidar la salud de la madre, amamantar es una experiencia que deja huellas emocionales para toda la vida. Es un espacio de encuentro íntimo, donde el tiempo se detiene y nace el vínculo más puro.

Por eso, la lactancia materna no solo debe ser vista como una necesidad biológica, sino como un derecho y un acto de amor que merece ser apoyado, respetado y valorado por toda la sociedad.

REFERENCIA BIBLIOGRAFICAS:

Organización Mundial de la Salud. (2023). *Lactancia materna*. <https://www.who.int/es/health-topics/breastfeeding>

UNICEF. (2023). *Lactancia materna: cómo alimentar a tu bebé desde el primer día*. <https://www.unicef.org/es/lactancia-materna>

La Liga de la Leche Internacional. (2023). *Información sobre lactancia*. <https://www.llli.org>

American Academy of Pediatrics. (2022). *Breastfeeding and the use of human milk*. *Pediatrics*, 150(1), e2022057988. <https://doi.org/10.1542/peds.2022-057988>

Ministerio de Salud de Argentina. (2021). *Manual de lactancia materna para el equipo de salud*. Buenos Aires: Dirección de Maternidad e Infancia. <https://www.argentina.gob.ar/salud/lactancia>

González, C. (2019). *Un regalo para toda la vida: guía de la lactancia materna*. Editorial Temas de Hoy.

Márquez, M. (2018). *Lactancia materna: aspectos clínicos y prácticos*. Fondo Editorial Universidad del Valle.