

# La leche materna, es el alimento más natural para el recién nacido



## I. Escucha con atención :



### La Succión

Quizá, éste es el primer reflejo que aparece en el recién nacido y la falta de este reflejo, puede ser señal de un daño cerebral o un caso de nacimiento prematuro.

La succión es además un importante medio de relación del recién nacido con su madre dándole seguridad.



La boca del recién nacido está preparada para la succión.



Sus labios son carnosos con una hendidura pequeña y su lengua es larga y con mucha fuerza.

El bebé succiona el pezón materno, presiona la lengua sobre el paladar, de manera que dirige la leche hasta su garganta.

## Lactancia artificial o lactancia natural :

Es recomendable y saludable optar por la lactancia materna, igual que lo hacen las especies (animales) **mamíferas**, al cual, por cierto, también pertenecemos.



Durante el embarazo y especialmente después del parto, se elaboran unas **hormonas** que actúan sobre las **glándulas** mamarias, estimulando la secreción (salida) de la leche.

## II. Marca **V** si es verdadero o **F** si es falso :

- a) La succión es importante para el recién nacido, porque le da seguridad.  **V**  **F**
- b) El recién nacido no exprime el pezón materno.  **V**  **F**
- c) Durante el embarazo el pecho materno se va preparando para amamantar.  **V**  **F**

## Lactancia y relación afectiva :

Se supone que a partir del décimo día de vida, el recién nacido (humano) ya reconoce la mamá de su madre.

Aquí intervienen el contacto visual, auditivo, táctil y olfativo, sin olvidarnos de la **percepción** de los latidos del corazón.



## **Motivos que impiden amamantar al hijo :**

**Las mujeres que padecen de enfermedades cardíacas, renales, con anemia, diabetes, etc ; no pueden soportar el peso de la lactancia.**

## Lactancia materna :

En los días siguientes al parto, el líquido que suelta la mamá no es leche propiamente dicha , si no , una sustancia viscosa y amarillenta ( **calostro** ) muy rica en proteínas y vitaminas .

Este líquido tiene también una propiedad de laxante , facilitando las primeras deposiciones del recién nacido , son de color negro .

La leche está compuesta principalmente por : **hidratos de carbono**, grasas, proteínas, sales minerales y vitaminas ; está adaptada a las posibilidades digestivas de sus órganos, todavía en proceso de desarrollo.

**Por ejemplo :**

Durante las primeras semanas, la leche es rica en minerales y proteínas, posee poca grasa e hidratos de carbono .

Alrededor de las tres o cuatro semanas, tienen pocas proteínas y aumentan las grasas e hidratos de carbono.



**III. Marca con X la afirmación correcta :**

- a) El recién nacido tiene relación con su mamá por contacto visual, auditivo, táctil y olfativo.
- b) El calostro, no es leche propiamente dicha pero, es rica en proteínas y minerales.
- c) El calostro, no es el líquido que suelta la mamá a los días del parto.

*¿Cómo dar el pecho?*

*Se empezará por un cuidadoso lavado de las manos y del pecho para evitar posibles infecciones.*

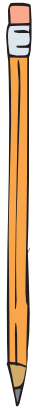
*Después de lavarse las manos, con una gasa **estéril** mojada con agua hervida o suero fisiológico, se limpia el pezón y la aréola mamaria en sentido circular.*

**Comodidad para madre e hijo :**

Para amamantar al niño, la mamá puede sentarse en una silla baja, apoyando bien la espalda y con los pies al suelo.



También puede sentarse en una silla frente a un lado de la cama, reposando los pies sobre el colchón. **Es importante que la madre se encuentre relajada y cómoda.**



# Hazlo TÚ mismo



I. Según tu opinión, ¿por qué es importante la lactancia materna?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

