

Categorías: Sanidad

## OBJETIVOS

Obtener un enfoque global de la lactancia tanto natural como artificial así como todas las dificultades y beneficios que pueden plantear cualquiera de ellas.

## CONTENIDOS

1. EL PECHO Y LA PRODUCCIÓN DE LECHE. 1.1. Anatomía del pecho. 1.2. Cambios que se producen en el pecho. 1.3. Cómo se produce la leche. 1.4. El contenido de la leche materna. 1.5. Tipos de leche. 1.6. Factores que pueden modificar la lactancia. 1.7. Ventajas de la lactancia. 2. LA EXTRACCIÓN DE LA LECHE. 2.1. Extracción natural. 2.2. Extracción artificial. 2.3. Conservación de la leche. 2.4. Alimentación complementaria y métodos alternativos. 2.5. Circunstancias especiales. 2.6. Patrones de ingesta, gasto energético y crecimiento en niños alimentados a pecho y con fórmula. 2.7. Relactación y madre adoptivas. 2.8. ¿Qué necesitamos para dar de mamar?. 3. LACTANCIA Y DIETA. 3.1. La importancia del agua. 3.2. Pirámide alimentaria. 3.3. Complementos vitamínicos y minerales. 3.4. La dieta. 4. DURACIÓN DE LA LACTANCIA. 4.1. Amamantar a un bebé de uno a tres años. 4.2. Recomendaciones nutricionales en el recién nacido. 5. EL DESTETE. 5.1. Cómo prevenir los posibles problemas del destete. 5.2. Huelga de lactancia. 5.3. Situaciones especiales: destete repentino. 5.4. El destete natural. 5.5. El destete gradual. 5.6. Introducción de sólidos en la alimentación (diversificación). 5.7. Alergia alimentaria. 5.8. Alimentación vegetariana y los niños. 6. LACTANCIA ARTIFICIAL. 6.1. Introducción. 6.2. Preparación de los biberones. 6.3. Cuándo y cada cuánto dar el biberón. 6.4. Fórmulas para lactantes sanos. 7. CUESTIONES LEGALES. 7.1. Permiso por lactancia.

