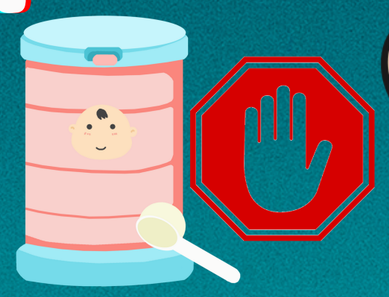
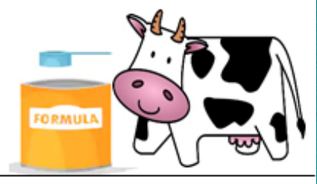
¿QUÉ HAY EN LA LECHE MATERNA?

"LA LECHE MATERNA ES UN FLUIDO DINÁMICO EXTREMADAMENTE PERFECTO PARA EL DESARROLLO DEL BEBÉ"



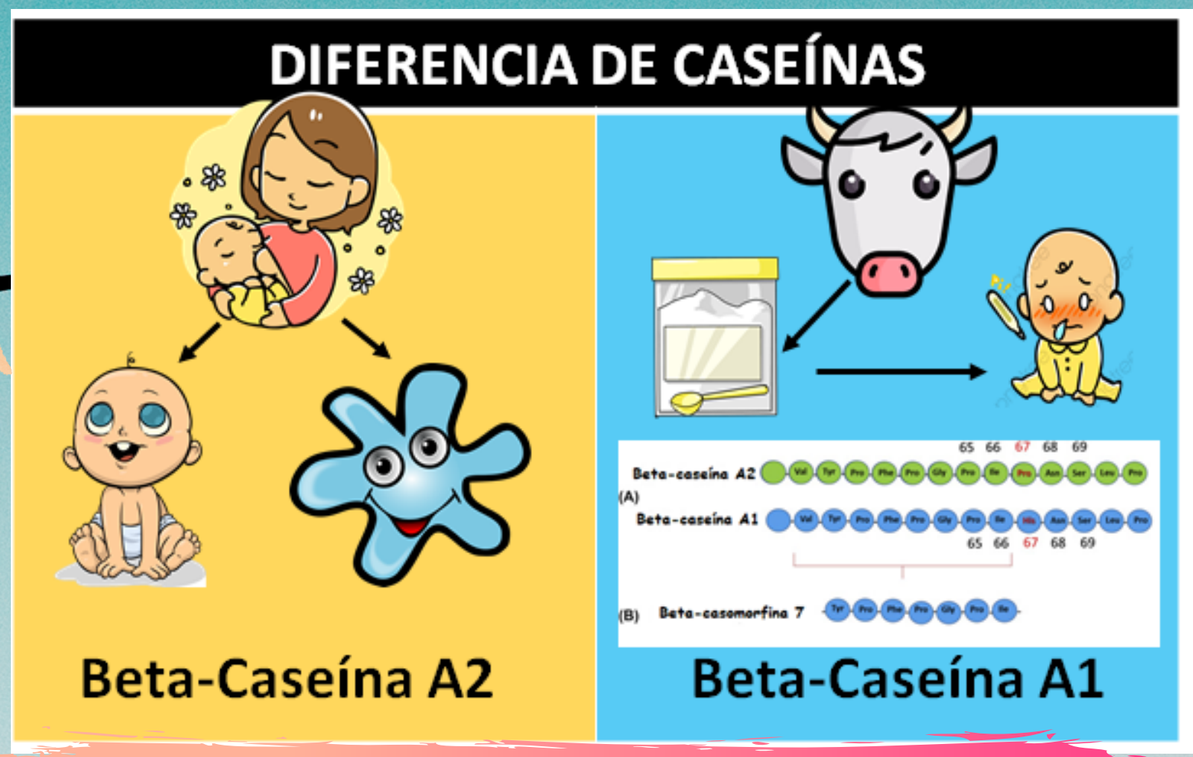
PROTEÍNAS

		
Energía (Kcal) en 100mL de leche	60-70	60-70
Concentración de proteína en 100mL de leche	0.8-1.0 g	1.2-2g ↑
Relación Suero: Caseína	65:35	60:40 ↑
Caseínas A1		✓
Caseínas A2	✓	
β-lactoglobulina (%)		38-42 ↑
α-lactoalbúmina (%)	33.4	11-27 ↓
Lactoferrina (%)	27	2.5-3.5 ↓

LAS FÓRMULAS SE HACEN DE LECHE DE VACA

- **Tienen una concentración mayor de proteína total y ésto se ha relacionado con obesidad infantil**
- **Es baja en alfa-lactoalbúmina y lactoferrina**
- **Contiene Beta-lactoglobúlina**
- **La Beta-caseína es del tipo A1**

- **La presencia de Beta-caseína A1 en las fórmulas infantiles, predispone a los infantes a padecer muerte súbita, problemas gastrointestinales, obesidad y diabetes**



COMPOSICIÓN DE LA LECHE MATERNA

COMPOSICIÓN DE LA LECHE MATERNA

- **La lactosa y los lípidos son fuente de energía además contiene ácidos grasos esenciales**
- **Es rica en factores inmunes que le dan protección al bebé contra enfermedades**
- **Contiene hormonas que ayudan a regular la fisiología del apetito**
- **Contiene vitaminas y minerales indispensables para un sano desarrollo**
- **Es una fuente de bacterias buenas y compuestos que estimulan su crecimiento para establecer una microbiota intestinal saludable**

Referencias

Andreas N. et al. (2015). Human breast milk: A review on its composition and bioactivity. Early Human Development 91:629-635

¡Cuida a tu bebé! ¡Aliméntalo con leche materna!