

Insumedicol

Más que calidad, somos el mejor servicio



Necesidades nutricionales durante la lactancia y la gestación

En el periodo que sigue al parto, las necesidades calóricas de la madre aumentan de manera notable, hasta 500 Kcal/día, especialmente destinadas a la recuperación y la producción de la leche materna. La madre debe controlar su dieta y concentrarla más en nutrientes para lograr así su objetivo: cubrir el aumento de necesidades calóricas de la madre y los requerimientos del bebé y favorecer la lactancia.

La alimentación de la madre lactante es de gran importancia, dada la influencia que la ingesta de nutrientes tendrá sobre la calidad y cantidad de leche que se produce y sobre su propia salud. Una madre desnutrida producirá leche a costa de sus propias reservas, lo que le podría ocasionar un deterioro físico y de su estado de salud.

Por otra parte, parece ser que las mujeres con sobrepeso y obesidad previa a la gestación presentan niveles inferiores de prolactina en el postparto, con unos ratios más bajos en la iniciación y mantenimiento de la lactancia.

Así, es importante controlar el peso de la mujer antes y durante embarazo y tras el parto, y deben seguir las recomendaciones específicas para que la lactancia se lleve a cabo con éxito.



Proten Vit

Un buen estado de nutrición pre-gestacional, que incluya los nutrientes necesarios para iniciar una gestación saludable a través de una alimentación variada y suficiente, constituye un pilar fundamental en los factores encaminados a promover mejores condiciones de salud en madres.

Ácido Fólico

Muchos estudios han demostrado que las mujeres que toman 400 microgramos (0.4 miligramos) por día antes de la concepción y durante la primera etapa del embarazo tienen hasta un 70 % menos de riesgo de que su bebé nazca con defectos graves del tubo neural (defectos congénitos que consisten en el desarrollo incompleto del cerebro y de la médula espinal).

Probióticos FOS

Los probióticos son microorganismos vivos que promueven beneficios para la salud, especialmente en las mujeres, embarazadas, bebés y niños. En las mujeres, los beneficios de los probióticos ayudan a mejorar los síntomas de la astenia primaveral, problemas de defensas, períodos de lactancia, al tiempo que refuerzan las defensas.

Calcio

Durante este período las madres pueden llegar a movilizar hasta un 2% del calcio esquelético a lo largo de 100 días de lactancia. Por lo tanto, pueden producirse pérdidas importantes de calcio maternal si la ingesta del mismo es baja y/o si el flujo de leche es elevado.

Es por ello que una ingesta adecuada de calcio es muy importante ya que cuando ésta no es suficiente, se compromete el tejido óseo materno para proveer calcio y poder soportar el crecimiento fetal y la producción de leche materna.

Vitamina C

La vitamina C es uno de los 13 nutrientes esenciales para mujeres embarazadas, ya que proporciona protección antioxidante contra la enfermedad y protección contra los defectos de nacimiento.



INFORMACIÓN NUTRICIONAL			
Tamaño por porción	4 Cucharaditas (20 g)		
Porciones por envase aprox.	25		
	20 g		100 g
Cantidad por porción	80 Kcal		360 Kcal
Calorías	9		45
Calorías de grasa			
		%VD	
Grasa total	1 g	2%	5 g
Grasa Saturada	0 g	0%	0 g
Grasa Trans	0 g	NE**	1 g
Colesterol	0 g	0%	0 g
Sodio	114 mg	5%	568 mg
Carbohidratos totales	8 g	3%	35 g
Fibra dietaria	1 g	3%	3 g
Azúcares	0 g		0 g
Proteína	10 g	20%	49 g
Prebióticos FOS	20 mg	NE**	100 mcg
Vitamina C	24 mg	40%	120 mg
Vitamina A	1600 UI	32%	8000 UI
Hierro	5 mg	30%	27 mg
Calcio	400 mg	40%	2000 mg
Vitamina D3	100 UI	25%	500 UI
Vitamina E	7 UI	23%	35 UI
Vitamina B1 (Tiamina)	0,8 mg	53%	4 mg
Vitamina B2 (Riboflavina)	0,8 mg	47%	4 mg
Vitamina B3 (Niacina)	10 mg	50%	50 mg
Vitamina B5 (Ác. Pantoténico)	4 mg	44%	22 mg
Vitamina B6 (Piridoxina)	0,8 mg	40%	4,0 mg
Vitamina B9 (Ác. Fólico)	400 mcg	100%	2000 mcg
Vitamina B12 (Cianocobalamina)	2 mcg	40%	12 mcg
Biotina	80 mcg	27%	400 mcg
Colina	240 mcg	NE**	1200 mcg
Magnesio	80 mg	20%	400 mg
Zinc	6 mg	40%	30 mg
Cobre	1 mg	60%	6 mg
Yodo	84 mcg	56%	420 mcg
Fósforo	205 mg	21%	1026 mg
No es una fuente significativa de Potasio.			
*Los porcentajes de Valores Diarios están basados en una dieta de 2000 calorías. Sus valores diarios pueden ser mayores o menores dependiendo de sus necesidades calóricas.			
** Valor diario no disponible.			

Ingredientes: Proteína de Soya, Leche en polvo descremada y deslactosada, Fosfato Tricálcico, Cloruro de Sodio, Óxido de Magnesio, Vitamina C, Prebióticos FOS (Fructo-oligosacáridos), Fumarato de Hierro, Vitamina B3 (Niacina), Sulfato de Zinc, Vitamina B5 (Ác. Pantoténico), Vitamina E, Sulfato de Cobre, Vitamina A, Vitamina B6 (Piridoxina), Vitamina B2 (Riboflavina), Vitamina B1 (Tiamina), Vitamina B9 (Ác. Fólico), Biotina, Colina, Yoduro de Potasio, Vitamina D3, Vitamina B12, Maltodextrina (Incrementador de volumen), Sabor Artificial (Saborizante), Stevia (Edulcorante), Benzoato de Sodio (Conservante).