



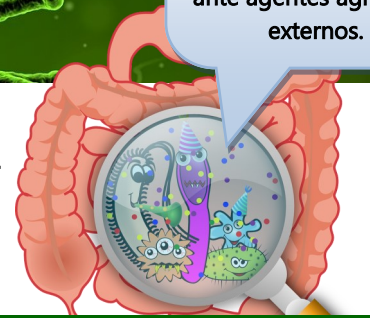
Desarrollo y Maduración del Sistema Inmunológico

¡Somos el pilar principal de un sistema inmunológico fuerte! Además de la primera barrera de protección ante agentes agresores externos.



① Alimentación equilibrada, rica en fermentados y pobre en azúcar refinada de la futura madre

= Flora Intestinal Saludable



Semana 35. Inicio desarrollo Sistema Inmune (S.I.)



Nacimiento.
Inicio de Maduración S.I.



Entorno.
Higiene.
Contactos inmediatos.

Alimentación.
Calostro en las primeras horas o días.

Emociones.
Felicidad o estrés.

② Parto Natural y contacto inmediato piel-piel madre e hijo.

- Favorece el inicio de la lactancia al entrar en contacto con las bacterias vaginales.
- Favorece la salida de los fluidos corporales del tracto digestivo y respiratorio por el bebé.
- Fortalece el vínculo madre e hijo.
- El vórmix es un recubrimiento que permite la adaptación progresiva del bebé al ambiente bacteriano nuevo.
- Disminuye las infecciones oportunistas al adquirir las bacterias cutáneas de la madre.

6 meses



Destete. Comienzo de la diversidad de la microbiota.



③ Calostro y Lactancia

- El calostro contiene cerca de 2,000 células inmunológicas por mm³ por lo que su función es recubrir al intestino del bebé con flora intestinal preparándolo para la digestión de leche materna.
- La leche materna está cargada de anticuerpos, bacterias comensales, mutualistas o probióticas para el intestino lo que ayuda a la prevención de enfermedades.
- El desarrollo de la microbiota intestinal en esta etapa es poco diverso.
- Se liberan oxitocinas y endorfinas para favorecer el bienestar de madre e hijo.

Salida de los dientes.
Desarrollo final del Sistema Digestivo

④ Crianza con apego.
El desamparo libera hormonas de estrés como cortisol y/o adrenalina lo cual disminuye la producción de glóbulos blancos, debilitando el Sistema Inmunológico.



⑤ Alimento constante y variado.

Se deben ir introduciendo poco a poco los alimentos sólidos. Al último el gluten, carne, leguminosas y leche de vaca.

⑥ Infecciones

- El Sistema Inmunológico inflama y eleva la temperatura corporal (fiebre) para impedir la reproducción del invasor. Esto le da tiempo para generar anticuerpos específicos contra la el proceso infeccioso.
- Se genera una memoria de los intentos de invasión y un aprendizaje/entrenamiento para reaccionar a la siguiente infección con mayor premura y eficiencia. A esto se le conoce como Maduración.
- Hay que respetar los síntomas propios del sistema inmunológico para su correcta maduración.

NOTAS: Al disminuir** la fiebre o la inflamación en su totalidad nos desprotegemos frente al invasor lo cual no permite la maduración del sistema inmunológico. Al no madurar se genera una necesidad de estímulos infecciosos hasta lograr la maduración. **La reacción inmune se puede modular con remedios naturales.

Proceso Infeccioso

