



PASIÓN POR EDUCAR

Nombre de alumnos: **Flor Marisol López Hidalgo**

Nombre del profesor: **Alfredo Agustín Vázquez Pérez**

Nombre del trabajo: **Cuadro sinóptico**

Materia: **Nutrición clínica**

Carrera: **Licenciatura en enfermería**

Grado: **3er cuatrimestre**

Grupo: **A**

PASIÓN POR EDUCAR

Comitán de Domínguez Chiapas a 04 de julio de 2020.

ALIMENTACIÓN Y DIETÉTICA EN DIFERENTES SITUACIONES FISIOLÓGICAS



Bibliografía:
antología Uds.
Nutrición clínica

Alimentación en la gestación



Mantener alimentación balanceada y saludable durante esta etapa es importante para tu bebé. Alimentación correcta y recomendada por expertos durante el embarazo

Las recomendaciones

- *Cubrir las necesidades nutritivas propias de la mujer.
- *Satisfacer las exigencias nutritivas debidas al crecimiento fetal.
- *Preparar el organismo materno para afrontar mejor el parto.
- *Promover y facilitar la futura lactancia

Alimentación en la lactancia



Es un término usado en forma genérica para señalar alimentación del recién nacido y lactante

Puede ser alta, media o baja y temprana, intermedia y tardía. $\frac{3}{4}$

- *Alta: Cuando el 80% del total de tetadas son con el seno materno $\frac{3}{4}$
- *Media: Cuando se da seno materno entre el 20 y 79% de las tetadas. $\frac{3}{4}$
- *Baja: Cuando se da seno materno en menos del 20% de las tetadas.

Alimentación en la infancia



Es fundamental para sentar las bases alimentarias del resto de la vida, así como también para proteger al niño de posibles enfermedades

Nutrición preescolar y escolar

Puede tener periodos de inapetencia, poco interés por los alimentos o rechazo de nuevos sabores, puede expresar verbalmente su aceptación o rechazo como modo de mostrar su autonomía,

Alimentación en la adolescencia



Se producen cambios importantes en la composición corporal. Aumenta el ritmo de crecimiento en longitud y aparecen fenómenos madurativos que afectan al tamaño, la forma y la composición corporal, procesos en los que la nutrición juega un papel determinante

Se caracteriza por un rápido crecimiento en peso y talla, adquiriéndose el 50% del peso definitivo y el 25% de la talla adulta

Alimentación y vejez



Son los que deben de cuidar más aquello que comen, ya que la dieta es vital para su salud y desarrollo

Es necesario contar con una buena alimentación, más aún cuando hablamos de la tercera edad. Y es que llevar una dieta adecuada puede minimizar los riesgos de padecer ciertas enfermedades, ya sean de tipo arterial, cardíaco, hipertensión, entre otros.

Una dieta adecuada es aquella que permite planificar la elaboración de menús saludables con el objetivo de conseguir y mantener un nivel óptimo de salud en las personas mayores o en cualquier otro colectivo que consideremos