



Nombre del alumno: Diana Laura Villatoro espinosa

Nombre del profesor: Alfredo Agustín Vázquez

Nombre del trabajo: alimentación y dietética en diferentes fisiologías

Materia: nutrición clínica

Grado: 3°

Grupo: "B"

Comitán de Domínguez Chiapas a 12 de septiembre de
2018.

**A
L
I
M
E
N
T
A
C
I
O
N

Y

D
I
E
T
E
T
I
C
A

E
N**

ALIMENTACION EN GESTACION.

RECOMENDACIONES ALIMENTARIAS- una buena alimentación saludable variada, equilibrada y adecuada.

- Entrar al embarazo con buenos nutrientes.
- Evitar sustancias dañinas.

ATENCION ESPECIAL- mujeres multiparas- es decir que tienen varios embarazos y en tiempos cortos.

- Embarazos gemelares.
- Embarazos en adolescentes.

OBJETIVOS- consumir las necesidades propias de la mujer.

- Satisfaces las exigencias nutritivas debido al crecimiento fetal.
- preparar al organismo materno para afrontar al parto.
- Promover y facilitar la futura lactancia.

ALIMENTACION Y LACTANCIA.

LACTANCIA- este es un termino utilizado para señalar la alimentación del recién nacido y lactante.

EXCLUSIVA- es la alimentación del niño con leche sin agregar otro tipo de líquidos o solido.

SUSTANCIAL- es la alimentación del seno materno pero brinda agua entre las tetadas.

CALOSTRO- es un liquido viscoso y de color amarillento y es segregado por las glándulas mamarias a los 3 o 4 días después del nacimiento, compuesto por agua, proteínas, minerales, bajo nivel de grasas y calorías.

FUNCIONES- proporciona anticuerpos para que el bebe este protegido contra infecciones intestinales y respiratorias.

- Favorece al desarrollo del sistema digestivo y ayuda a evacuar el meconio.

ALIMENTACION DE SENO- la OMS dice que debería de ser el único alimento hasta los 6 meses de edad y después debe de introducir el AC.

VENTAJAS- contiene alta capacidad protectora de padecer ciertas enfermedades como infecciones gastrointestinales, neumonía, infecciones respiratorias, infecciones urinarias y de caries

