Nombre del alumno:

Zulmi morales Díaz

Nombre del profesor:

Lic. Eunice Gabriela García

Licenciatura:

Lic. Enfermería

Materia:

Nutrición clínica

Nombre del trabajo: cuadro sinóptico

Ensayo del tema:

"alimentación en las diferentes etapas de la vida"

Frontera Comalapa, Chiapas a 19 de junio del 2020

- Alimentación En las Diferentes Etapas de la Vida.
  - Nutrición en El primer año De vida.
    - momentos nutricionales Importante
      - -lactancia
        - proceso hormonal lo cual se des cadena con la estimulación del niño alimentación adecuada con base a la GET y 500 kcal extras.
      - -ablactación
        - Introducción de alimentos diferentes de la leche ablactación Introducir frutas, verduras Después Cereales alimentos de Origen Animal y leguminoso
  - Nutrición Del preescolar Y escolar.
    - -preescolar
      - 6 a 11 años energía sea de 70Kcal/día/kg refrigerio agua, de frutas, leche, queso, sándwiches, verduras, frutas, yogurt y Ensaladas importante el hierro en esa etapa Consumir carne, cereales, pan y leche.
    - -escolar
      - 11 a 13 años monitorear el consumo de fibra calcio y liquido ocurren cambios físicos Y Psicológico pueden producir problemas a largo Plazo es necesario controlar la alimentación y Hábitos alimentarios.
  - Nutrición del Adolecente.
    - -pubertad
      - Periodo posnatal de máxima diferencia sexual y cambios de Organos procesos fisiologicos Factores que afectan el Requerimientos nutricios son
        - -actividad física
        - -embarazo y lactancia
        - -enfermedades crónicas.
    - -adolescencia
      - Proceso psicosocial construye las Transición de Niño a adulto Trastorno alimenticio
        - -anorexia nerviosa
        - -bulimia nerviosa
        - -obesidad
  - Nutrición del Adulto.
    - Alimentación más completa modificar Habitos y prevenir Enfermedades o Corregir las que Ya existe Enfermedades son
      - -obesidad
      - -diabetes
      - -hipertencion
      - -enfermedades cardiovasculares
      - -cáncer
      - -osteoporosis
        - manejo de alimentación
        - -equilibrar consumo de energia
        - -consumir gran variedad de alimentos
        - -moderar alimentos de origen animal y Consumir alimentos del Plato del bien comer
  - Nutrición de La mujer adulta Y embarazo.
    - Tiene algunas diferencias la primera se Refiere al Proceso Reproductivo
      - -mujer adulta procesos fisiológicos
        - -no embarazo
        - -embarazo
        - -lactancia
        - -climaterio
      - -embarazo
        - -aumento de energía durante el Embarazo
          - -no consumir alcohol
          - -no fumar
          - -no c

- Nutrición Del Anciano.
  - Factores nutricios tiene una profunda influencia en el Desarrollo conforme Avanza la edad pierde Estatura, agua corporal Y masa muscular.
    - -consumo de energía macronutrioentes son proveedores de energía
      - -proteínas
      - -hidratos de carbono
      - -líquidos
    - -consumir
      - -líquidos recomendada es de 1.25 a 1.5 de agua.