

DESARROLLO Y CRECIMIENTO

RECIEN NACIDO

El peso promedio es de 3,200 Kg, durante este periodo gana aproximadamente 800 g, sin embargo, puede descender hasta 10% del peso inicial.

La talla promedio es de 50 cm y aumenta 2 cm durante esta etapa.

La circunferencia cefálica promedio se encuentra en $35 \text{ cm} \pm 2$, crece de 2 a 3 cm

. Requiere de 90 a 120 Kcal/Kg/día, con 2 a 3 g/Kg/día de proteínas.



Lactante

Duplica su peso al nacer a los 5 meses, lo triplica al año y lo cuadruplica a los dos años de vida. Su talla aumenta en 50% al año (2 cm/mes) y 10% entre el primer y segundo año (1,5 cm cada 2 - 3 meses).

La CC aumenta 1 cm/mes al primer año y al segundo 0,5 cm cada 2 meses. (16 cm total)

Inicio de la ablactación a los 6 meses de edad. Con adición de una alimento nuevo semanalmente.

PRESCOLAR

Gana entre 2 y 3 kilos
Su talla de cintura aumenta 5 cm
Circunferencia cefálica aumenta 0,5 cm



ESCOLAR

El peso aumenta entre 2 a 3 Kg por año.
Su talla aumenta entre 5 a 6 cm por año.
La circunferencia cefálica representa el 95% de la que tendrá en la edad adulta.



Adolescencia

Se presenta 1 o 2 años antes en las hembras que en los varones; el inicio a edad temprana en los chicos es mas beneficioso que en las chicas.

En las chicas la masa corporal magra disminuye de 80 a 85% hasta el 75% al aumentar el tejido graso; en los chicos la masa magra aumenta del 80 a 90%.

El aumento en la talla en las hembras tiene una media de 9 cm/año (precozmente); en los varones es de 10,3 cm/año y ocurre (tardíamente).