



Universidad del Sureste

Medicina Humana.

Dr. Pérez Aguilar Antonio de Jesús

Inmunoalergias

Cuadro

Presenta:

Hernández López Luis Alejandro,

medicina 8 semestre

Guía para la ALIMENTACIÓN INFANTIL

La leche materna es el alimento ideal para el lactante sano durante las 6 primeras meses de vida.
 Si esta no es posible, recurrir a la lactancia artificial.

A partir de los 6 meses la leche es insuficiente como único alimento para cubrir las necesidades del lactante, por lo que es necesario comenzar con la Alimentación Completa.

MeSES	Alimentos	Recomendaciones	
4	Cereales sin gluten zumo de naranja (con cuchara)		
5	Puré de verduras. (con papas arroz y zanahoria y pollo).	Desde	Desde del
6	Pasta de frutas (plátano, pera, manzana naranja)	Gradual	Año
7	Cambiar a Cereales Galletas, Pan	Mantenido aporte de	Retrasar alimentos alergénicos.
8	Jamón pavo, cordero Queso fresco y yogur natural	Leche de medio litro	A los 18 mes, procurar Azul
9	pescado blanco		
10	Huevo cocido (tyena e claras)	Dúres Triteradas	A los 3 años, Grutas secas
11	Tortilla y pasta	semisólidos.	enteros
12	Legumbres, otras frutas y verduras.		

Bibliografía Dewey KG. [Energy and protein requirements during lactation.](#) *Annu Rev Nutr.* 1997 Jul;17(1):19-36