



LICENCIATURA EN NUTRICIÓN
NUTRICION EN EL EMBARAZO Y LACTANCIA

CUADRO SINOPTICO:

NUTRIENTES EN EL EMBARAZO

DOCENTE: DRA

BLASI PINEDAD LAURA

ALUMNA:

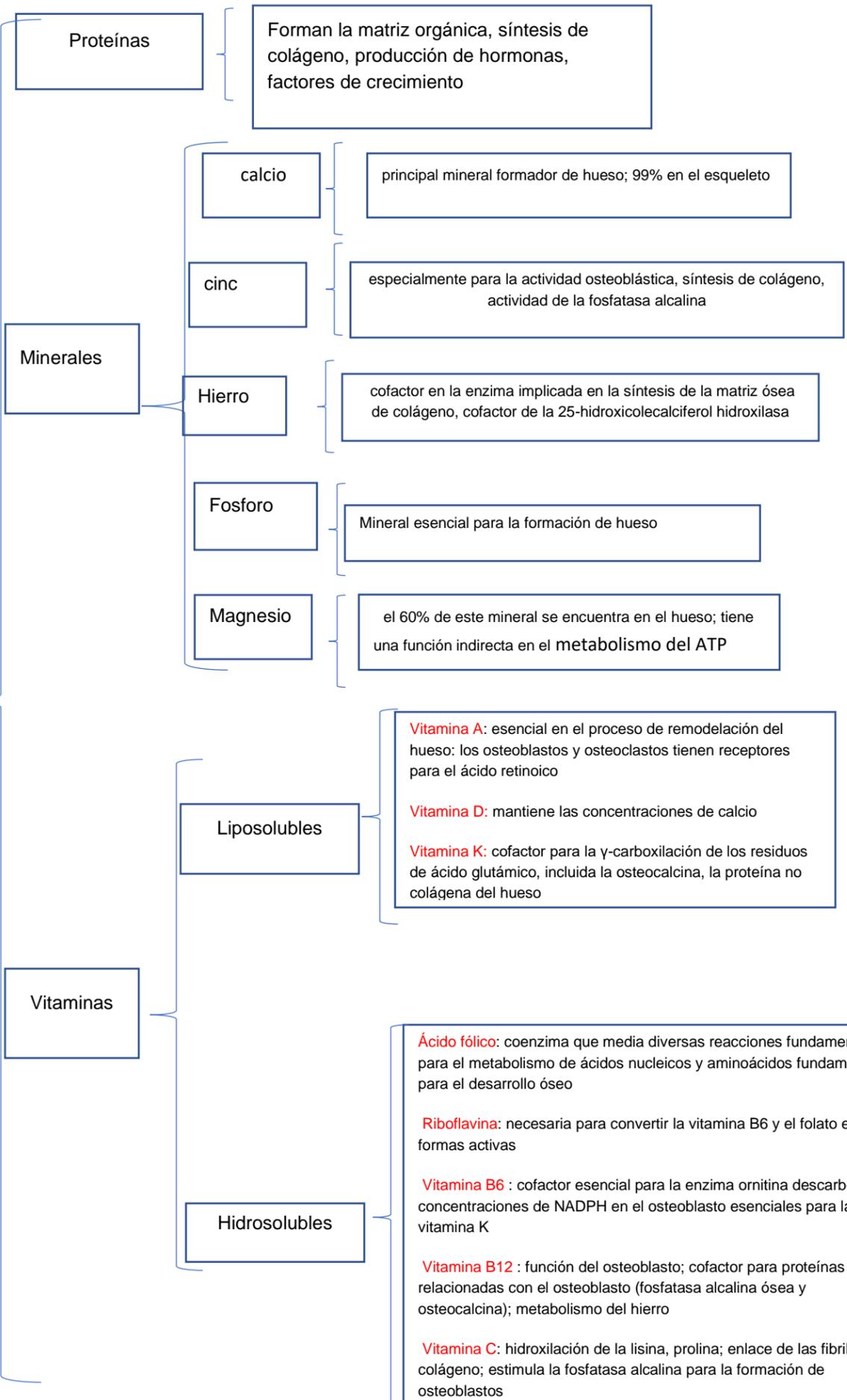
VERONICA VELAZQUEZ ROBLERO

CUARTO CUATRIMESTRE

TAPACHULA CHIAPAS, A 25/09/ 2020.

NUTRIENTES EN EL EMBARAZO

1 TRIMESTRE



Límites de referencia seleccionados para los valores de nutrientes en mujeres no embarazadas y embarazadas, por trimestre

Componente	Adulta no embarazada	Primer trimestre	Segundo trimestre	Tercer trimestre
Albumina, g/dl	4,1-5,3	3,1-5,1	2,6-4,5	2,3-4,2
Proteínas totales, g/dl	6,7-8,6	6,2-7,6	5,7-6,9	5,6-6,7
Colesterol total, mg/dl	< 200	141-210	176-299	219-349

Triglicéridos, mg/dl	< 150	40-159	75-382	131-453
Vitamina A (retinol), μ g/dl	20-100	32-47	35-44	29-42
Vitamina B12, pg/ml	279-966	118-438	130-656	99-526
Vitamina C, mg/dl	0,4-1	No comunicado	No comunicado	0,9-1,3
25-hidroxivitamina D, ng/ml	14-80	18-27	10-22	10-18
Vitamina E, μ g/ml	5-18	7-13	10-16	13-23
Folato eritrocítico, ng/ml	150-450	137-589	94-828	109-663
Calcio total, mg/dl	8,7-10,2	8,8-10,6	8,2-9	8,2-9,7
Cobre, μ g/dl	70-140	112-199	165-221	130-240
Ferritina, ng/ml	10-150	6-130	2-230	0-116
Hemoglobina, g/dl	12-15,8	11,6-13,9	9,7-14,8	9,5-15
Hematocrito, %	35,4-44,4	31-41	30-39	28-40
Magnesio, mg/dl	1,5-2,3	1,6-2,2	1,5-2,2	1,1-2,2
Selenio, μ g/l	63-160	116-146	75-145	71-133
Cinc, μ g/dl	75-120	57-88	51-80	50-77

Alimentos favorables



6 ALIMENTOS QUE CONTIENEN MUCHO HIERRO



BIBLIOGRAFIA

KRAUSE DIETOTERAPIA 14 EDICION PAGINA 915 L. Kathleen Mahan, MS, RDN, CD

Janice L. Raymond, MS, RDN, CD, CSG