



UNIVERSIDAD DEL SURESTE

CARRERA:

NUTRICION

MATERIA:

NUTRICION EN EL EMBARAZO

TEMA:

FISIOLOGIA DEL LACTANTE

ALUMNO:

PUI RAMIREZ MANSENG

LUGAR:

TAPACHULA DE CORDOBA Y ORDOÑEZ, CHIAPAS

03 DE NOVIEMBRE DEL 2020

Fisiología del lactante: Crecimiento y desarrollo del lactante sano

La etapa del lactante da inicio después de la etapa neonatal (los primeros 30 días de vida), y dura hasta los dos años de edad. Actualmente esta etapa se clasifica en:

- » Lactante menor al de 1/12 a 12/12.
- » Lactante mayor al de 1 a 2 años.

En estos dos años aumenta cuatro veces el peso de nacimiento (de 3 a 12 kg) y el lactante crece en 72% (de 50 a 86 cm), continuando en primer lugar el crecimiento y desarrollo acelerado del tejido neurológico, con una adquisición asombrosa de nuevas funciones en el área psicológica. Se incrementan las capacidades de percepción y funcionalidad de su organismo y su interacción con los estímulos externos del mundo.

Crecimiento de tipo general: Existe un incremento en volumen de los aparatos y sistemas, y de la masa corporal total. Los valores de somatometría, aumentan en forma aproximada:

- » 750 g/mes durante el primer cuatrimestre de vida
- » 500 g/mes durante el segundo cuatrimestre
- » 250 g/mes hasta cumplir los dos años

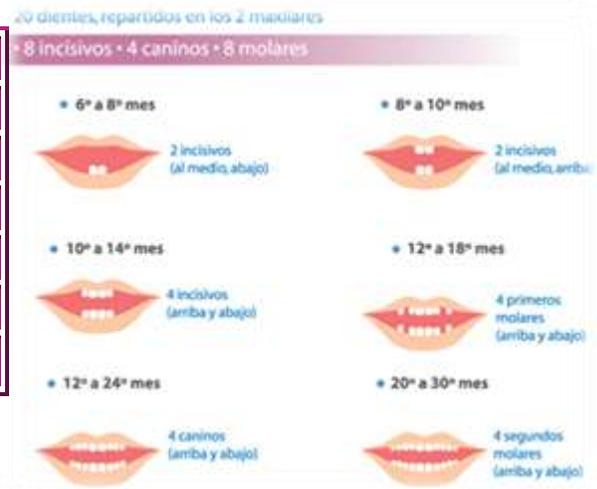


En estos dos años aumenta cuatro veces el peso de nacimiento, de 3 a 12 kg. El perímetro cefálico pasa de 35 a 48.5 cm. La talla crece en 72%, de 50 a 86 cm.

Las funciones de salivación, masticación, impulsión y deglución se desarrollan y completan en esta etapa, mientras más precoz sea el estímulo.

Glándulas salivales: aumentan tres veces su peso durante los primeros seis meses de vida y cinco veces en los dos primeros años cuando completan su madurez y función. Existe salivación abundante a partir del tercer mes y durante el brote dentario se exagera más, lo que, aunado a la deglución excesiva de saliva, causa disminución de la acidez gástrica, facilitando la proliferación bacteriana a nivel del tracto digestivo.

Primera dentición edad promedio de aparición		
	Superior(meses)	Inferior (meses)
Incisivos centrales	7 ½ meses	6 meses
Incisivos laterales	12 meses	7 meses
Premolares	14 meses	12 meses
Caninos	18 meses	16 meses
Segundos molares	24 meses	20 meses



Alimentación (lactancia), alimentación complementaria en los primeros 23 meses de vida

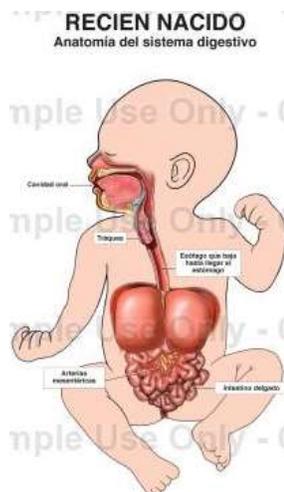
El lactante es el niño que se alimenta fundamentalmente de leche. Comprende la edad desde el nacimiento a 12 meses. Los “Periodos de la Alimentación del Niño” como definió el Comité de Nutrición de la Academia Americana de Pediatría en 1982 son tres:

- **Periodo de lactancia:** comprende los 6 primeros meses de vida, durante los cuales su alimento debe ser de forma exclusiva la leche materna (según la OMS), y en su defecto, las fórmulas para lactantes.
- **Periodo transicional:** integra el segundo semestre de vida, hasta cumplir un año. En él se inicia la Diversificación Alimentaria (DA) que comporta el inicio progresivo de la alimentación complementaria, introduciendo alimentos distintos a la leche materna o fórmula.
- **Periodo de adulto modificado:** abarca la edad preescolar y escolar hasta los 7-8 años de edad.

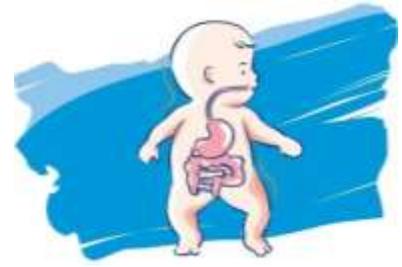
Se ha demostrado que los lactantes reciben protección sistémica por vía transplacentaria desde la etapa prenatal, y a través del calostro y la leche durante la etapa posnatal. La leche humana promueve un crecimiento óptimo en el lactante y lo protege de una gran variedad de infecciones agudas y algunas enfermedades crónicas.

“Lactancia materna exclusiva durante los primeros seis meses, tiempo en que se inicia la introducción de alimentos seguros y nutritivos mientras la lactancia continúa y puede incluir hasta el segundo año de la vida”.

FUNCIONES DIGESTIVAS DEL LACTANTE: El lactante sano es capaz de una succión efectiva, con reflejo del cierre anatómico de la glotis. Sin embargo la deglución de sólidos es impedida por movimientos de extrusión de la lengua hasta el 4º o 5º mes de vida. Los movimientos masticatorios reflejos aparecen entre el séptimo y noveno mes de vida aunque no tenga dientes. En la saliva tanto la amilasa, presente antes que la amilasa pancreática, y la lipasa lingual, están bien desarrolladas al nacimiento e inician la hidrólisis de los triglicéridos de la leche. El tono del esfínter esofágico inferior aumenta progresivamente en los 6 primeros meses aunque su completa madurez se alcanza a los 3 años. La leche materna se vacía en dos fases, una primera rápida y otra lenta. El ritmo de vaciado gástrico normal se alcanza hacia los 9 meses de edad. La secreción de pepsina es baja hasta los 3 meses, y hasta los 18 meses no alcanza valores del adulto. Morfológicamente el intestino está maduro, pero bioquímicamente al nacimiento la lactasa y maltasa son un tercio de los valores del adulto. Los sistemas de absorción están presentes pero la bomba sodiopotasio no



alcanza valores normales hasta el año de edad. Es muy importante tener en cuenta que el lactante no dispone de ningún sistema de excreción de sodio. Se estiman unas necesidades diarias de sodio de 2-3 mEq/100 Kcal metabolizadas o 1-1,5 mEq/kg/día.



REQUERIMIENTOS NUTRICIONALES: las necesidades nutricionales del lactante en los primeros meses se ha obtenido del modelo biológico insuperable que es la leche materna. Se admite que la leche materna es capaz de cubrir, por si sola, las necesidades energéticas hasta los 6 meses pero a partir de ellos podrían establecerse carencias en algunos nutrientes. La Sociedad Europea de Gastroenterología y Nutrición establece que la alimentación complementaria no se introduzca antes de los 4 meses ni después de los 6 meses. Las necesidades diarias de agua del lactante son aproximadamente 150 ml/kg de peso y día. Las necesidades de mantenimiento incluyen el metabolismo basal, excretas y acción dinámica específica de los alimentos. Las requeridas para actividad física oscilan entre 9 Kcal/día en los primeros meses, hasta 23 Kcal/kg/día en el segundo semestre. El ajuste de energía aconsejable es de 108 Kcal/kg/día en los primeros 6 meses y 96 Kcal/kg/ día de los 6 a 12 meses.

Ablactación

Se entiende por Diversificación Alimentaria (DA) que comporta el inicio de la Alimentación Complementaria, o Alimentos de Destete, a la variación o introducción en la dieta del lactante de alimentos diferentes a la leche materna o de fórmula ya sean líquidos, semilíquidos o sólido

Inicio temprano de lactancia materna. Se refiere a recién nacidos que reciben el pecho materno dentro de la primera hora de vida.

Lactancia materna exclusiva: de los cero a los seis meses de edad.

Lactancia materna continuada hasta el año de edad. Se refiere a los lactantes que reciben lactancia materna hasta los 12 a 15 meses de edad.

Alimentación complementaria. Se refiere a la introducción de alimentos sólidos, semisólidos y blandos en lactantes de seis a ocho meses de edad. Algunos organismos internacionales recomiendan que su introducción se realice no antes de la 17ª semana y no después de la 26ª semana de vida.

Diversidad dietética mínima. Lactantes y preescolares de seis a 23 meses que reciben al menos cuatro de los siete grupos de alimentos definidos en el contexto internacional



Las recomendaciones para una alimentación óptima de niños en la etapa lactante y preescolar temprana incluyen alimentar a los lactantes con lactancia materna exclusiva por los primeros seis meses de vida para lograr el óptimo crecimiento, desarrollo y salud y recibir a partir de esa edad alimentos complementarios adecuados y seguros, mientras que la alimentación al pecho materno sea mantenida hasta los dos años o más. Se recomienda no introducir alimentos que no son leche materna antes de la 17ª semana y no diferirlos más allá de la 26ª semana

Las razones para la DA son en primer lugar nutricionales, pero también adaptativas a su desarrollo neuromuscular así como razones de tipo familiar, social o educacional, ya que errores de mal manejo en la introducción de alimentos pueden dar lugar a problemas de anorexia infantil, obesidad, hipertensión y alergias.

Edad cumplida	Alimentos a introducir	Frecuencia	Consistencia
0-6 meses	Lactancia materna exclusiva	A libre demanda	liquida
6-7 meses	-carne (hígado, ternera, pollo, pavo, res) -verdura -frutas -cereales	2-3 veces al día	Pures, papillas
7-8 meses	Leguminosas (Frijol, haba, Garbanzo, lenteja, alubia)	3 veces al día	Pures, picados finos y alimentos machacados
8-12 meses	-Derivados de leche -Huevo y pescado	3 veces al día	Picados finos y trocitos
Mayores de 12 meses	-frutas cítricas, leche entera *se incorpora a la dieta familiar*	4 veces al día	Trocitos pequeños

Es importante practicar la alimentación perceptiva, aplicando los principios de cuidado psicosocial. Esto significa:

- alimentar al lactante de manera directa en los primeros meses de alimentación complementaria y asistir al niño mayor (a partir de los 9 a 12 meses) cuando ellos ya deseen comer por sí solos, respondiendo a sus signos de hambre y satisfacción.
- alimentarlo despacio y de forma paciente y animarlo a comer, pero sin forzarlo.
- si el niño rechaza varios alimentos, podemos experimentar con distintas combinaciones, sabores, texturas y métodos para alentarlos a comer.
- es importante reducir al mínimo las distracciones durante las horas de comida.
- conviene recordar que éstos son momentos excelentes y oportunos de aprendizaje para el niño, para manifestarle nuestro amor, platicándole y manteniendo con él un contacto visual de cariño y ternura.

Tanto en lactantes amamantados como no amamantados iniciar la introducción de alimentos complementarios, de preferencia a los seis meses de edad (no antes de la 17ª ni después de la 26ª semanas), con cantidades pequeñas y aumentar la cantidad conforme crece el niño, mientras se mantiene la lactancia materna.

La consistencia y la variedad de los alimentos se aumentan de manera gradual conforme crece el niño, adaptándose a sus requerimientos y habilidades. Los lactantes pueden comer papillas (purés blandos) o colados (alimentos semisólidos) a partir de los seis meses de edad. los ocho meses, la mayoría de niños también puede consumir alimentos sólidos que pueden comer con los dedos (colaciones que pueden comer los niños por sí solos). A los 12 meses, la mayoría de los niños puede comer el mismo tipo de alimentos que el resto de la familia.