

UNIVERSIDAD DEL SURESTE

MATERIA:

NUTRICIÓN Y ACTIVIDADES PEDIÁTRICAS

CUATRIMESTRE -GRUPO:

7° CUATRIMESTRES-LIC. EN NUTRICIÓN

PRODUCTO ACADÉMICO:

CUADRO SINÓPTICO

TEMA:

REQUERIMIENTO NUTRICIONALES DEL NIÑO.

ALUMNO:

ASHLEY RAQUEL FLORES CORDERO

DOCENTE:

LN. NEFI ALEJANDRO SÁNCHEZ GORDILLO

REQUERIMIENTO NUTRICIONALES DEL NIÑO.

Las proteínas de la dieta

necesarios para

síntesis de las proteínas corporales y el mantenimiento de todos los tejidos

estos nutrientes debe incluir los requerimientos para el crecimiento y desarrollo

las demandas proteicas del niño son máximas en la etapa de lactante

van disminuyendo relativamente con la edad

aproximándose a las del adulto

las recomendaciones se expresan en gramos/día

ingesta recomendada

13 g/día entre los 1 y 3 años, de 19 g/día entre los 4 y 8, y de 34 g/día entre los 9 y 13 años.

NECESIDADES ENERGÉTICAS.

La energía necesaria para el funcionamiento adecuado para el organismo

Esto produce

oxigenación de los nutrientes, consume oxígeno y se produce CO₂ y agua.

requerimientos de energía durante el crecimiento y desarrollo

abarcen los componentes de

metabolismo basal, la termogénesis

necesidades energéticas del lactante durante el primer año de vida son muy altas

la proporción de energía suministrada debe de ser similar a la aportada por la leche humana.

Así las grasas cubren 50 – 54% de la energía, los hidratos de carbono 36 – 40% y las proteínas un 7%.

Edad preescolar y escolar:

entre 4 y 8 años son: 1.200-1.800 kcal/día y para los de 9 a 13 años, 1.600-2.000 kcal.

preescolares hacen 3 comidas y varios pequeños tentempiés.

NECESIDADES DE PROTEÍNAS, AGUA, SALES MINERALES Y VITAMINAS.

Leche humana que es de 2.04 g/kg/día

durante

primeros meses, y de 1.73 g/kg/día de los tres a los seis meses.

El prematuro llega hasta el 90% de su peso corpora.

Las vitaminas y minerales forman parte de los nutrientes esenciales.

se denominan micronutrientes, son indispensables para el buen funcionamiento del cuerpo

Las vitaminas: .

regular y coordinar la actividad de todas las células.

La vitamina A es necesaria para la visión, la piel, el crecimiento y la circulación..

La vitamina C ayuda a potenciar las defensas del organismo, y las del grupo B son muy valiosas para el sistema nervioso..