UNIVERSIDAD DEL SURESTE

MAPA CONCEPTUAL

NOMBRE DEL TRABAJO

DIEGO QUIÑONES GARCÍA

ALUMNO

NUTRICIÓN Y ACTIVIDADES PEDRIATICAS

MATERIA

LNU. NEFI ALEJANDRO SANCHEZ GORDILLO

CATEDRATICO

LNU 7° CUATRIMESTRE

GRADO Y GRUPO

TAPACHULA CHIAPAS, 17 DE SEPTIEMBRE DEL 2020

NUTRICIÓN DE LA MADRE GESTANTE Y LACTANTE.

NUTRIMENTOS → **FUNCIÓNES**

- Plasmáticas
- Reguladoras
- Energéticas

CARACTERISTICAS

Un alimento es cualquier sustancia (sólida o líquida) que es ingerida por los seres vivos para reponer lo que se ha perdido por la actividad del cuerpo, para ser fuente y motor de producción de las diferentes sustancias que se necesitan para la **formación de algunos tejidos, promoviendo el crecimiento y transformando la energía adjunta en los alimentos en trabajo, locomoción y calor.**

ORGANOS IMPORTANTES

¿CUALE SON?

Cerebro, y el aparato digestivo,

¿DE QUE DEPENDEN LOS NUTRIENTES ?

- Edad
- Sexo
- Embarazo y lactancia
- Actividad física
- Estado de salud y enfermedad

NECESIDADES DE INGESTA ENERGÉTICA. (NIÑO)

CARACTERISTICAS

Las necesidades energéticas de los lactantes típicos son más elevadas por cada kilogramo de peso corporal que en cualquier otro momento de la vida. La **escala de requerimientos energéticos de los lactantes** individuales es muy amplia y abarca de los **80 a 120cal/kg de peso corporal**.

INGESTA PROTEÍCA

Las recomendaciones de consumo de proteínas del nacimiento a los **6 meses son, en promedio, de 2,2 g de proteína/kg de peso corporal, y de 6 a 12 meses, 1.6 g de proteína/kg de peso corporal.**

CARACTERISTICAS

Las necesidades proteínicas de cada niño varían de acuerdo con los mismos factores que se enumeraron para las necesidades calóricas. La composición corporal influye de manera más directa en las necesidades proteínicas que las necesidades calóricas porque los músculos con actividad metabólica requieren más proteína para su amamantamiento.

HCO

Constituyen la principal fuente de energía de una dieta habitual, para que la madre se recupere de una manera nutricionalmente y esa energía se la pase al lactante.

LIP

Fuente importante de energía, reserva natural de energía, **interviene en el proceso de crecimiento**

¿CUALES?

- Desarrollo del sistema nervioso.
- Metabolismo celular y síntesis de hormonas

PRO

Formación de estructuras, también constituyen una fuente de energía, además esto le ayuda a la madre en caso de que su parto ya sea cesárea o natural le ayuda a reconstruir más rápido los tejidos de la madre

DURANTE EL EMBARAZO

La madre debe consumir una adecuada cantidad de proteína para satisfacer sus necesidades y las del crecimiento del feto, en esta etapa **se requieren adicionar 10 g de proteína** a la alimentación habitual

PROMEDIO DE ENERGÍA

Durante los primeros 6 meses de vida es de **108 cal/kg**, de peso con base en el crecimiento de los lactantes alimentados de seno materno.

6 - 12 MESES

La necesidad energética, promedio es de 98 cal/kg, de peso

FACTORES DE LOS QUE DEPENDE

Peso, tasa de crecimiento, ciclo de sueño/vigilia, temperatura y clima, actividad física, respuesta metabólica a la comida, estado de salud y recuperación de enfermedades