



**Nombre del alumno: Francisco Eduardo albores Alfaro**

**Nombre del profesor: Daniela Rodríguez**

**Nombre del trabajo: Ensayo**

**PASIÓN POR EDUCAR**

**Materia: Nutrición En La Infancia Y Adolescencia**

**Grado: 5°**

**Grupo: NUTRICION**

## **Introducción**

Sabemos que es muy importante los primeros años de vida, el niño inicia un proceso de aproximación al mundo, momento mismo en el cual se inician sus primeros aprendizajes, construyendo su desarrollo, y relacionándose con el medio externo. Se da un proceso dinámico de interacción entre el niño y el medio que lo rodea; como resultado, se obtiene la maduración del sistema nervioso con el consiguiente desarrollo de las funciones cerebrales y, a la vez, la formación de la personalidad. El sistema digestivo procesa la comida separando los nutrientes básicos que pueden ser asimilados por el organismo. A medida que los alimentos se desplazan por el tracto digestivo, se digieren, es decir, se descomponen en partes que la sangre puede absorber. Desde el nacimiento y durante los primeros años, cuando los sentidos son inmaduros, aspectos como la forma, la textura y hasta el color pueden jugar un rol más importante como componentes de la percepción sensorial de lo que representan en el caso de los adultos. La evaluación adecuada del estado nutricional es un requisito indispensable en la vigilancia pediátrica del niño sano e imperativa en el niño enfermo, permite la identificación temprana de alteraciones y facilita la posibilidad de tratamiento oportuno; además de servir para la prevención primaria de desarrollo futuro de obesidad o de desnutrición

## **Etapas de la vida infantil**

En los primeros años de vida, el niño inicia un proceso de aproximación al mundo, momento mismo en el cual se inician sus primeros aprendizajes, construyendo su desarrollo, y relacionándose con el medio externo.

Podemos saber que la infancia es el periodo que transcurre desde el nacimiento a la madurez del niño. Se divide en etapas muy diferenciadas denominadas periodos de la infancia y sirven para agrupar a los niños según: Características físicas, psicológicas y sociales. Comportamiento propio de cada edad.

A través de estudios epidemiológicos conoceremos los riesgos a los que el niño se enfrenta en cada etapa (accidentes de la infancia) y conoceremos las diferencias que existen entre las distintas etapas según la edad. Período intrauterino (40 semanas) Se inicia en la concepción y finaliza cuando el niño crece. Es un período peligroso por el riesgo de malformaciones. Se divide en: Período embrionario 12 primeras semanas.

Período fetal precoz Hasta las 22 semanas de gestación. Período fetal tardío Desde la semana 22 al nacimiento (40 semanas). Período neonatal (7-20 días) Comprende los 28 primeros días, aunque en la práctica se denomina neonatos a los niños que se encuentran en el primer mes de vida. Es el período más importante de la vida del niño, ya que se producen elevadas tasas de mortalidad y morbilidad que pueden dejar secuelas neurológicas severas. Se divide en: Período neonatal precoz 7 primeros días de vida extrauterina. Período neonatal tardío Desde los 7 días al primer mes.

Período lactante 1 mes-1 año. Características: Fase de crecimiento y desarrollo rápido. Importantes cambios en el desarrollo psicomotor fino y grueso. Se procede a un gran número de inmunizaciones. Deben controlarse el crecimiento y la nutrición. Período de la primera infancia 1-3 años Características: Deambulación. Locución y expresión verbal. Alimentación completa.

Asistencia a la guardería Cuadros infecciosos repetidos, en su mayoría virales, que provocan períodos de ingesta disminuida y un estacionamiento ponderal (talla

y peso. Frecuentes trastornos del sueño. Logros de autonomía (control de esfínteres). Exploración continua. Fijar los límites y enseñar que los demás también cuentan. En este período el crecimiento se enlentece, por lo que necesita menor aporte energético. Este fenómeno es malinterpretado por la familia El niño no aumenta de peso porque no come.

### **Desarrollo neurológico infantil**

Se da un proceso dinámico de interacción entre el niño y el medio que lo rodea; como resultado, se obtiene la maduración del sistema nervioso con el consiguiente desarrollo de las funciones cerebrales y, a la vez, la formación de la personalidad. El desarrollo del cerebro es un proceso muy complejo y preciso que inicia muy temprano en la vida y continúa varios años después del nacimiento. Existen periodos críticos para el desarrollo cerebral normal, siendo los principales la vida intrauterina y el primer año de vida.

Podemos resumir las etapas del desarrollo del cerebro en estas cuatro: proliferación neuronal, migración, organización y laminación del cerebro, y mielinización. No son etapas consecutivas, se van superponiendo y pueden ser afectadas simultáneamente si existe algún agente externo o interno presente en el medio. Un ejemplo es el consumo de alcohol en la madre gestante, o la desnutrición del niño menor de dos años. Ambos procesos pueden afectar más de una fase en forma permanente.

La proliferación de las neuronas es un proceso que ocurre en la primera mitad de la gestación. A través de este proceso se da origen a los cien mil millones de neuronas que el cerebro posee. Todas las neuronas deben desplazarse a su lugar final en la corteza durante el proceso llamado migración, este segundo proceso se da de adentro hacia afuera, es decir, desde la parte más profunda del cerebro, donde nacen las neuronas, hasta la corteza o borde externo. Se trata de un proceso muy preciso, y el momento más importante ocurre en el segundo trimestre del embarazo. Puede ser afectado por la exposición fetal a medicamentos, infecciones, tóxicos, desnutrición y estrés materno, entre otros, y producirse malformaciones

cerebrales importantes como consecuencia de estos eventos, conocidas como trastornos de migración neuronal.

El niño permite estimar que el desarrollo cerebral está ocurriendo dentro de un marco apropiado, por tanto, es muy importante conocer los parámetros mínimos de evaluación del desarrollo para cada edad. Para ello, nos podemos ayudar del carné de atención del niño o de algunas escalas previamente validadas.

Recordemos que los hitos del desarrollo tienen un amplio margen de variabilidad normal, y es más importante establecer que se está logrando una secuencia adecuada de eventos en el tiempo, que fijarse en un determinado logro puntual. Como ejemplo, podemos poner el hito del caminar, que en promedio es logrado por el niño alrededor del año de vida. Sin embargo, según la OMS, un niño puede empezar a caminar entre los 9 y 17 meses, siendo esta variabilidad normal.

### **Anatomía y fisiología del aparato digestivo infantil**

El sistema digestivo procesa la comida separando los nutrientes básicos que pueden ser asimilados por el organismo. A medida que los alimentos se desplazan por el tracto digestivo, se digieren, es decir, se descomponen en partes que la sangre puede absorber. Ciertos órganos (como el hígado, la vesícula biliar y el páncreas) ayudan a hacer la digestión. Las partes de la comida que no pueden digerirse se expulsan del cuerpo en forma de heces.

La boca recibe la comida y la rompe en pedazos. Esto inicia el proceso de digestión. El esófago conduce, comida desde la boca hasta el estómago. El estómago transforma los alimentos sólidos en una mezcla líquida. El intestino delgado continúa digiriendo la comida y absorbe sus nutrientes. La parte no absorbida pasa al colon como líquido de desecho.

El intestino grueso (colon) absorbe el agua, la sal y otros minerales del líquido de desecho, con lo cual deja solo heces sólidas. El recto almacena las heces hasta que estas se expulsan del cuerpo durante la defecación. El ano es la abertura a través de la cual las heces salen del cuerpo. El hígado produce bilis (un líquido que ayuda a digerir la grasa. También descompone los nutrientes y almacena energía. La bilis se

almacena en la vesícula biliar. El páncreas produce enzimas para ayudar a hacer la digestión.

### **Sabor y saciedad**

Desde el nacimiento y durante los primeros años, cuando los sentidos son inmaduros, aspectos como la forma, la textura y hasta el color pueden jugar un rol más importante como componentes de la percepción sensorial de lo que representan en el caso de los adultos.

Los espacios y contextos en que se consumen y promocionan los alimentos durante la edad preescolar, el grado de disciplina impuesta, y el nivel de autodeterminación permitido a los menores tienen en conjunto, con las determinantes sensoriales, un impacto en la aceptación y consumo de los alimentos que perdura a lo largo de toda la vida.

El sentido a través del cual se detectan las moléculas químicas que entran en contacto con el agua de la saliva. Los receptores se estimulan por productos químicos en disolución dentro de la boca, aunque la mayor parte del sentido del gusto se encuentra en la lengua y son llamadas papilas gustativas en las cuales tenemos cuatro sabores básicos como: dulce, salado, ácido y amargo. Pero esto en combinación con otros factores como la temperatura, el tacto y el olor pueden provocar más variedad de sabores ya que en la lengua se distinguen zonas que son más sensibles a un sabor que a otro.

El sentido del gusto únicamente se reconoce cuatro sabores primarios; dulce, salado, ácido y amargo. Estos sabores admitidos no se perciben indistintamente en toda la lengua, existen muchas discrepancias respecto al sitio exacto de la lengua en donde se percibe el sabor, algunos de los más aceptados nos indican que en la parte anterior se aprecia el ácido, en la parte media el dulce y el salado y el amargo en la parte posterior.

El comportamiento alimentario del lactante y que algunas madres perciban pobremente las señales de hambre y saciedad de su hijo, dificultan la autorregulación de la conducta de apetito-saciedad y puede favorecer el desarrollo

de la obesidad. Sin embargo, las investigaciones aún son limitadas. El objetivo del presente trabajo fue identificar cómo percibe la madre la conducta de alimentación de su hijo y cómo se relaciona con el estado nutricional del lactante menor

### **Valoración nutricional infantil**

La evaluación adecuada del estado nutricional es un requisito indispensable en la vigilancia pediátrica del niño sano e imperativa en el niño enfermo, permite la identificación temprana de alteraciones y facilita la posibilidad de tratamiento oportuno; además de servir para la prevención primaria de desarrollo futuro de obesidad o de desnutrición

El concepto de crecimiento y desarrollo es parte fundamental en el proceso vital del ser humano. Se define crecimiento como el aumento de tamaño del organismo. Desarrollo, en cambio, es la aparición de nuevas características o la adquisición de nuevas habilidades. Estos procesos están íntimamente unidos en la realidad y su separación se hace más bien con fines didácticos.

Hay etapas de crecimiento y desarrollo que se van produciendo en sucesión ordenada, si bien con alguna variación temporal. Por lo tanto, más importante que comparar entre niños con respecto cuánto pesan o miden, o si se sientan solos o caminan es apreciar en el niño individual cuál ha sido su curva de crecimiento y desarrollo.

## **Bibliografía**

UDS. (2021). Etapas De La Vida Infantil. Antología De Nutrición En La Infancia Y Adolescencia.9-15

UDS. (2021). Anatomía Y Fisiología Del Aparato Digestivo. Antología De Nutrición En La Infancia Y Adolescencia.16-22

UDS. (2021). Valoración Nutricional. Antología De Nutrición En La Infancia Y Adolescencia. 25-29

Anónimo. (2018). Sabor Y saciedad. Obtenido de <https://www.medigraphic.com/pdfs/actpedmex/apm-2014/apm146i.pdf>