



Nombre de alumnos: Alejandra Villa Domínguez

Nombre del profesor: Daniela Rodríguez

Nombre del trabajo: Ensayo

Materia: Nutrición en la Infancia y Adolescencia

Grado: 5°

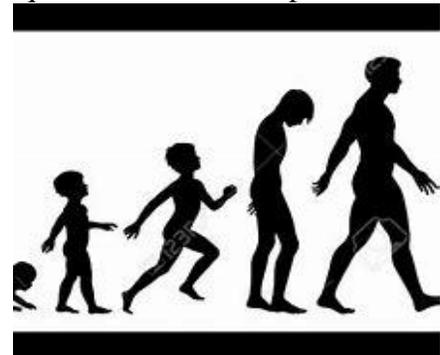


Grupo: LNU17EMC0119-A

Comitán de Domínguez Chiapas a 13 de enero de 2021.

En este trabajo, explicare sobre cómo están conformadas las etapas de la vida, las edades en que se divide las diferentes etapas, las características que tienen los lactantes e infantes al desarrollarse. Las actividades que realizan al ir creciendo, los diferentes problemas de retraso, debido a factores neurológicos que son riesgosos. También sobre la anatomía y fisiología del aparato digestivo infantil, en el cómo trabaja el sistema digestivo, cuáles son los órganos que la conforman. Las definiciones y la explicación entre el desarrollo y el crecimiento, las diversas áreas motoras, y las técnicas de medición que se requieren para la evaluación de la persona. El objetivo del presente ensayo, es conocer los aspectos generales que conforman la nutrición en la infancia.

Las etapas de la vida están conformadas primeramente por lactancia, infancia, adolescencia, adultez inicial, adultez madura y senectud o vejez. Algunas sociedades dividen la vida en tres periodos, el primer periodo se divide por infancia, niñez y vida adulta, o solo en dos, por infancia y vida adulta. Los marcadores biológicos, cronológicos y sociales coinciden con las fases de la vida y esta caracterizada por las edades cronológicas que comprenden los periodos que corresponden a nuestra cultura, tales son, el periodo de lactancia, que empieza en el nacimiento y comprende hasta los 2 años de edad, el segundo periodo es la infancia, desde los 2 años hasta la niñez tardía de unos 12 años, el tercer periodo es la adolescencia que comienza con la pubertad que es el final de la infancia y el inicio de la adolescencia que comprende de los 12 a los 20 años, el cuarto periodo es la adultez inicial, esta abarca de los 20 a los 40 años, el quinto periodo es la adultez madura, abarca de los 40 a los 60 años de edad y por ultimo esta el sexto periodo, es la senectud o

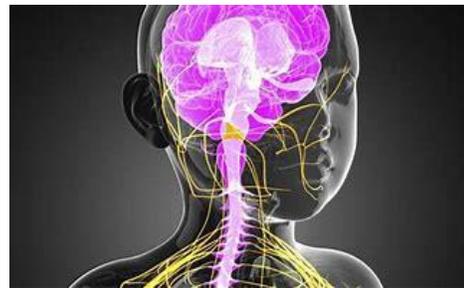


vejez, que abarca de los 60 años en adelante. Como mencionaba antes, el primer periodo de la vida comienza desde la lactancia, pues los primeros cuatro meses, casi la mayoría de los lactantes doblan su peso y crecen aproximadamente 10 cm. La piel pierde la apariencia de neonato y el pelo nuevo reemplaza la suave pelusa con que nacieron. En los cinco meses, los niños ganan más peso y crecen más o menos como 7 cm, el pelo se les empieza a notar más grueso y largo. A los 12 meses, los infantes son mas pesados y crecen unos 23 o 25 cm, en el caso de las niñas,



tienden a pesar un poco menos que los niños. En los dieciocho meses, casi todos caminan solos, y les gusta experimentar tocando diferentes cosas, rara vez gatean, aunque caminar les tome tiempo y esfuerzo. En los veinticuatro meses, los niños han subido otro kilogramo y otros cinco centímetros, ahora los niños no solo caminan y corren, si no también pedalean en triciclo, saltan, se balancean por ratitos en un pie y consiguen buenos lanzamientos a lo alto, entre otros movimientos. En el

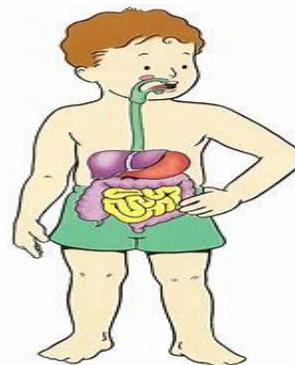
mismo ámbito, el desarrollo neurológico, implica diferentes cambios, como las habilidades motrices, cognitivas, emocionales y sociales. Tomando en cuenta,



que la maduración es un proceso en el que genéticamente implica la organización gradual de las estructuras neuronales, en cambio, el desarrollo se refiere al incremento y perfeccionamiento de las habilidades funcionales. Hay que tener en claro, que estos dos conceptos son diferentes, ya que en muchas ocasiones pensamos que estos dos términos, significan lo mismo, y no es así. Por lo tanto, los factores genéticos y ambientales actúan sobre la maduración del sistema nervioso, que se refiere al proceso del desarrollo, en donde el fenómeno biológico clave en el desarrollo psicomotor es la consolidación de los circuitos corticales. La mielinización de estos circuitos

comienza a los 8 meses de gestación y se completa a los 2 años de edad. Durante este tiempo, los circuitos neuronales tienen plasticidad, siendo sensibles a los estímulos externos. Por otra parte, los problemas de desarrollo pueden ser graves, y teniendo estos problemas, rápidamente llaman la atención del clínico. Es frecuente encontrar problemas de retraso en el desarrollo, que son catalogados como normales y la adquisición lenta de habilidades. Existen factores de riesgo neurológicos, estas son las prenatales, se refiere al uso de alcohol, drogas durante el embarazo, infecciones virales y alteraciones genéticas. Las perinatales, se refiere a la prematuridad, bajo peso al nacimiento y complicaciones obstétricas. Las neonatales, es la encefalopatía neonatal, infecciones como la sepsis y meningitis e hiperbilirrubinemia severa, entre otros problemas. Tratando otro punto, los órganos que involucran al aparato digestivo es la boca, la faringe, el esófago, el estómago, el intestino delgado, y el intestino grueso o colon. Este conjunto de órganos tiene como función la digestión y absorción de nutrientes. Si bien, el comienzo de todo este proceso, empieza en la boca, cuando se ingiere la comida, aquí

se encuentran la lengua y los dientes. Con la salivación y los fermentos digestivos, se inicia la digestión de los alimentos, formando el bolo alimenticio, enseguida se produce la deglución del bolo alimenticio y pasa de la faringe al esófago.



Después de la deglución y la fase bucofaríngea de la deglución, llega al estómago, en donde se mezcla con el jugo gástrico y hace una trituración, una vez mezclado y triturado, el bolo alimenticio pasa a llamarse quimo. Posteriormente pasa al intestino delgado, en donde se continua la digestión hasta su conversión en componentes elementales que son aptos para la absorción, por último, llega al intestino grueso y finalmente al recto, que termina en el conducto anal, donde tiene lugar la expulsión de las heces en el exterior. Por otro lado, la adquisición de nuevas habilidades esta unida al proceso de crecimiento y

también se estudia asignándolos en distintas áreas, estas áreas son las siguientes: la área motora, a la vez se divide en motricidad gruesa originada en desarrollo de mejor control y aumento de fuerza en sentido encéfalo caudal y de proximal a distal, lo que significa que primero aparece el control de los músculos del cuello, luego del tronco y finalmente de las piernas, al igual, que los movimientos de los brazos, piernas, manos y finalmente de los dedos. La segunda área es la social, donde los niños dependen de los adultos que lo rodean, especialmente los padres, pues aprenderá a confiar y querer de acuerdo a como ellos respondan a sus propias necesidades. La tercera área es la lingüística, al nacer el niño tiene la capacidad de ver, y tiene preferencia por el rostro humano, logrando una mejor visión de cerca, además de imitar gestos como abrir la boca, tienen una buena audición, reaccionan ante sonidos, el lenguaje empieza por pequeños balbuceos como (a-a, agu y ta-ta). De la misma manera, las técnicas de medición se basan en la valoración inicial de la anamnesis, en la exploración física clínica y el estudio antropométrico, donde solo un numero imitado de niños necesitan exámenes complementarios. La primera es la anamnesis, en esta hay cuatro datos que son interesantes, el primer dato es el tipo de la dieta, donde se reúne la información sobre los alimentos que recibe el niño, es

decir, cuando, cuanto, y donde come. La segunda es la conducta alimentaria, la tercera es la actividad física y la cuarta es la existencia de enfermedades que pueden alterar la nutrición. La exploración física, se hace de forma



habitual mediante la exploración sistemática y ordenada de todos los sistemas orgánicos y se intentara detectar la presencia de manifestaciones clínicas de carencias nutritivas. En estos casos de desnutrición grave, se pueden detectar el marasmo y el kwashiorkor. La evaluación antropométrica debe ser interpretada en el contexto de una evaluación de estado de salud y enfermedad. Las medidas de mayor utilidad es el peso, estatura, perímetro cefálico, pliegues

cutáneos. Y el peso, edad, talla también son medidas que se utilizan para definir el estado nutricional general del paciente.

Para concluir, es importante saber sobre estos temas, ya que debo de saber cómo es que debe de ser la alimentación, ya sea en pacientes que estén en lactancia, infantes, y a los distintos grupos de edades. Además de que tengo presente que una alimentación saludable y equilibrada es fundamental para el estado de salud de los niños, y determinante para un correcto funcionamiento del organismo, buen crecimiento, buen desarrollo, que tengan una óptima capacidad de aprendizaje, comunicarse, pensar, socializar, adaptarse a nuevos ambientes y personas, un correcto desarrollo psicomotor y en definitiva para la prevención de factores de riesgo que influyen en la aparición de algunas enfermedades. Entonces para lograr todo lo dicho, se debe de tener una adecuada alimentación, y para esto, están los nutriólogos, quienes son los encargados de que tengan una vida llena de salud.

Bibliografía:

Universidad del Sureste. (2021). Antología de nutrición en la infancia y adolescencia. Pdf.

Recuperado de [2f9b876b364400129933fd0f618b7f48-LCLNU504.pdf\(plataformaeducativauds.com.mx\)](https://plataformaeducativauds.com.mx/2f9b876b364400129933fd0f618b7f48-LCLNU504.pdf)