



Nombre del alumno: Francisco Eduardo albores Alfaro

Nombre del profesor: Daniela Rodríguez

Nombre del trabajo: Tríptico

Materia: Nutrición En La Infancia Y Adolescencia

Grado: 5

Grupo: NUTRICION

Alimentación Infantil Y Lactancia Materna.

- Alimentación en infancia
- Importancia de comedores escolares
- Importancia de lactancia materna



Alumno: Francisco Eduardo Albores Alfaro

Profesor: Daniela Rodríguez

Materia: Nutrición En La Infancia Y Adolescencia

Grado: 5 Cuatrimestre

Licenciatura En Nutrición

Refuerza las defensas del bebé: La Leche Materna proporciona una gran cantidad de defensas inmunológicas y estimula el desarrollo del propio sistema inmunológico del bebé

Gran concentración de nutrientes especiales para esa edad: La Leche Materna ofrece la combinación ideal de nutrientes para el bebé, incluyendo las vitaminas, carbohidratos, proteínas y grasas que necesita.

Favorece el desarrollo mandibular, los dientes y el habla: El acto de succión contribuye al desarrollo de la mandíbula del bebé, alcanzando una posición apropiada alrededor de los 8 meses.



Probióticos: son las bacterias buenas que ayudan a lograr un intestino sano, evitan que las bacterias patógenas entren al organismo, previniendo infecciones y ayudando a una digestión adecuada

Proteína optimizada: Proteína de fácil digestión, que ayuda a una óptima digestión, inmunidad y desarrollo de órganos y tejidos.

inmunoglobulinas: que forman una capa protectora en los intestinos, nariz y garganta del bebé y lo protegen de virus, bacterias e infecciones.



Alimentación En Infancia

¿Qué es?

La alimentación es la base necesaria para un buen desarrollo físico, psíquico y social de los niños. Por ello, una dieta saludable es vital para que su crecimiento sea óptimo. Es recomendable no abusar de las grasas vegetales y comer al menos.



¿Por qué es importante?

En la edad preescolar o infancia es una etapa de progresivos y evidentes cambios en el crecimiento y desarrollo del niño. Lo que permite adquirir múltiples capacidades.



Alimentación adecuada

El infante debe de consumir:

Leche, yogurt: Qué aportan proteínas y calcio.

Carnes: Aportan proteínas de buena calidad, y zinc que son esenciales para el crecimiento, y hierro para prevenir la anemia.

Frutas y Verduras: contienen minerales, vitaminas y otros antioxidantes que ayudan a prevenir enfermedades.

Importancia De Comedores Escolares

¿Qué es el comedor escolar?

es un servicio complementario de carácter educativo y social que está regulado por la Administración Educativa. La existencia de este servicio permite al Centro planificar educativamente actividades relacionadas con la alimentación



Funcionamiento

Comedor debe cumplir todas estas funciones: una función alimentaria en cuanto al suministro de alimentos y la composición de los menús ofertados; una función nutricional, la cual permita satisfacer las necesidades nutricionales de los que comen en el comedor.



Proporcionar a los niños comidas de calidad nutricional, higiénica y sensorialmente aceptables.

Hacer educación para la salud, desarrollando y reforzando la adquisición de hábitos saludables, tanto higiénicos como alimentarios.

Importancia De Lactancia Materna

La leche materna es el alimento ideal para un bebé ya que aporta toda la energía y los nutrientes que necesita en sus primeros meses de vida, además de que promueve la salud física y mental de las madres.



Beneficios

Se afirma que la lactancia materna reduce la mortalidad infantil y tiene beneficios en la salud que llegan hasta la edad adulta, por lo que recomienda dar lactancia exclusiva durante los primeros 6 meses de vida

