



NOMBRE DE ALUMNOS: PÉREZ ARA
CLARIBEL

NOMBRE DEL PROFESORA: BEATRIZ
GORDILLO.

NOMBRE DEL TRABAJO: SÚPER NOTA.

MATERIA: ENFERMERIA DEL NIÑO Y
ADOLESCENTE.

GRADO: 5

GRUPO: C

SUPER NOTA

3.10 ALIMENTACION

DESPUES DEL ESTIRON QUE DAN OS NIÑOS LOS NIÑOS ESTAN EN LA ESTAPA EN LA QUE VAN DE 1 A 3 AÑOS POR LO CUAL TIENE UN CRECIMIENTO LENTO.



DE ESAS EDADES HAY MUCHOS CAMBIOS EN LAS DIETAS ESPECIALMENTE EN EL CONSUMO DE CIERTOS TIPOS DE GRASAS Y VITAMINAS QUE AYUDAN PREVENIR ALGUNAS ENFERMEDADES Y CRECER SANOS.

Es muy importante las bases de una alimentación adecuada desde su crecimiento por eso no debemos olvidarnos de: la Leche.

Objetivos de la alimentación en niños de 1 a 3 años



ALIMENTACIÓN DE 1-3 AÑOS

- Alimentos con textura mas gruesa
- Al llegar a los 2 años, el niño deberá comer alimentos troceados
- Añadir: carnes, arroz, sopas, galleta, yogart, queso, jamón, verduras, frutas y legumbres (claras)
- La necesidad nutricional depende de la actividad y desarrollo físicos de cada niño
- Comenzar a darles menús completos
- A partir de los 2 años el niño hace 4 comidas al día (desayuno-comida-merienda-cena)



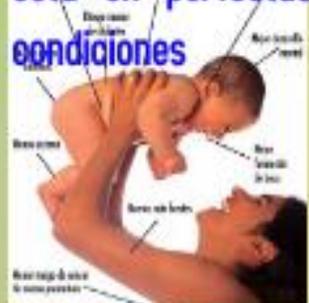
3.10.1.- Lactancia materna

3.10.2.- Promoción de la lactancia materna

Recomendaciones para la LACTANCIA MATERNA

Asegurarse que el niño tome el pecho de 8 a 12 veces en 24 horas, La madre debe estar sentada en una postura cómoda *¡Tómalo a pecho!*

La leche materna protege contra infecciones. Siempre esta en perfectas condiciones



es una forma inigualable de facilitar el alimento ideal para el crecimiento y desarrollo correcto de los niños

Lactancia Materna

La leche materna es el alimento IDEAL para el recién nacido y los lactantes



También beneficia a la madre

- Reduce el riesgo de hemorragias postparto
- Reduce el riesgo de diabetes tipo 2
- Reduce el riesgo de cáncer de mama

La leche materna es la mejor fuente de nutrición durante los primeros seis meses de vida

Asearse el pezón con la areola, lavado de manos, Masaje de los senos, areola, pezón, Formar una C con las manos, Agarrar el seno y extraer la leche.



3.10.3.- Lactancia artificial. Alimentación complementaria.

La lactancia artificial es una manera de que el lactante pudiese alimentarse en el caso de que la madre no pueda por diversos motivos o elija no hacerlo.

se considera un proceso por el cual se ofrecen al lactante alimentos sólidos o líquidos distintos de la leche materna o de una fórmula infantil como complemento y no como sustitución de esta

Se recomienda mantener la lactancia materna de forma exclusiva durante los 6 primeros meses de edad y en los lactantes que no toman el pecho la alimentación se puede introducir entre el cuarto y el sexto mes, y es adecuado esperar a que el lactante presente de que ya está listo para comenzar

cumplir los 6 meses y ver edad corregida en prematuro.

se mantienen sentados con apoyo



cuando inicia la alimentación complementaria

ofrecer agua con vasitos entrenadores

Aparte de la leche artificial de fórmula que suele usar el lactante, existen otros tipos de leches especiales para bebés con alergias alimenticias, en casos donde no se tolera las proteínas de la leche de vaca

agarran comida y lo llevan a la boca

permite explorar texturas, decidir cuanto y que comer

La leche materna y la formula artificial siguen siendo su ALIMENTO PRINCIPAL TODO EL PRIMER AÑO

Pediatra Neonatóloga



¿QUE ES ALIMENTACIÓN COMPLEMENTARIA?

DEFINICIÓN:

Se llama alimento complementario a cualquier alimento que se le dé al bebé, además de la leche (materna o artificial).

nos referimos a cualquier alimento distinto de la leche materna o leche artificial que se empieza a ofrecer al niño en el primer año de vida. De esta forma, el niño se va acostumbrando poco a poco a alimentos de mayor consistencia y la dieta se hace más variada.



Riesgos de la introducción de alimentos: Posibilidad de atragantamiento, Aumento de gastroenteritis agudas e infecciones del tracto respiratorio superior.

