



Nombre del alumno(a): Blanca Araceli Pérez Pérez

Nombre del profesor(a): Beatriz Gordillo

Nombre del trabajo: Alimentación

Materia: Enfermería del Niño y Adolescente

Grado: 5° cuatrimestre

Grupo: B Enfermería

Alimentación

Es el conjunto de acciones mediante las cuales se proporcionan alimentos al organismo. Abarca desde la selección de alimentos, el cocinado y su ingestión. Además de ser una necesidad vital para la supervivencia, la alimentación también es bienestar, cultura y placer.



0 a 6 meses lactancia materna

7 a 12 meses carnes: En esta etapa, las necesidades de hierro son elevadas para el desarrollo intelectual, la carne aporta proteínas de calidad y zinc necesario para el crecimiento de los tejidos, además de vitamina B12, necesaria para la formación de las células de la sangre y para el desarrollo del sistema nervioso.



Grasa vegetal, frutas y verduras, legumbres, cereal y pastas.

13 a 24 meses pescado: Aporta vitaminas solubles en grasa como las vitaminas A y D que se concentran en las partes más grasas (músculo e hígado).

Leche de vaca, huevos.



25 a 36 meses dieta completa

Lactancia materna y promoción de la lactancia materna

La lactancia materna es la alimentación con leche del seno materno. La organización mundial de la salud (OMS) y el fondo de naciones unidas para la infancia (Unicef) señalan así mismo que la lactancia es una forma inigualable de facilitar el alimento ideal para el crecimiento y desarrollo correcto de los niños.



=



La OMS y el Unicef recomiendan como imprescindible la lactancia materna exclusiva durante los seis primeros meses del recién nacido.

También recomiendan seguir amamantando a partir de los seis meses, al mismo tiempo se va ofreciendo al bebé otros alimentos propios para su edad complementarios, hasta un mínimo de 2 años.



Según la OMS y el Unicef a partir de los dos primeros años la lactancia materna tiene que mantenerse hasta que el niño o la madre decidan, sin que exista ningún límite de tiempo. No se sabe cual es la duración "normal" de la lactancia materna en la especie humana.

Lactancia Artificial

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



La lactancia artificial se inventó a finales de la era Mesopotámica, aplicada a la alimentación de terneros y otros animales de granja, para dar salida a los excedentes de producción de leche de mamíferos vaca y cabra.



Ventajas de la lactancia artificial

- Permite una mayor flexibilidad y libertad de movimiento a la madre.
- Permite conocer la cantidad exacta de leche que toma el niño.
- No obstante el recurso a la leche de fórmula no tiene por que ser exclusivo, sino que puede servir como complemento a la lactancia materna. En este caso hablaríamos de lactancia mixta, se suele recurrir a este tipo de lactancia sobre todo cuando la madre debe incorporarse al mundo laboral.
- Hay que tener en cuenta que es conveniente esperar a que el bebé tenga, al menos 3 o 4 semanas, ya que hasta ese momento se mostrara reacio a aceptar un nuevo tipo de succión.



Desventajas de la lactancia artificial

- No tienen propiedades inmunológicas
- Su digestión es mas pesada
- Los bebés suelen sufrir mas cólicos de gases o estreñimiento.