



**Nombre de la alumna: Sarina López González.**

**Nombre del profesor: Julibeth Martínez Guillen.**

**Nombre del trabajo: Cuadro sinóptico.**

**Materia: Nutrición en el embarazo y lactancia.**

PASIÓN POR EDUCAR

**Grado: 4° Cuatrimestre**

## NUTRICION EN EL EMBARAZO Y LACTANCIA

### 3.8 Alimentación complementaria: fundamentos

✓ **ES**

Proceso en el que la leche materna ya no es suficiente para satisfacer las necesidades nutricionales

✓ **TOMAR CUENTA EN**

- Edad
- Capacidad de digestión
- Absorción de micro y macro presentes en la dieta

✓ **PROCESO DE NUTR.**

- Digestivo
- Neurológico
- Renal e inmunológico

✓ **NIÑO MESES 7-8**

Modificar la consistencia de alimentos blandos a picados y trozos sólidos

### 3.9 Riesgos del uso de alimentación complementaria precoz

✓ **CONSEJO**

A los 6 meses introducir alimentos complementarios y no hacerlo antes de los 4 meses

✓ **ANTES LOS MESES PROVOCA: DE 4**

- Atragantamiento
- Aumento de gastroenteritis agudas e infecciones del tracto respiratorio superior
- Interferencia con la biodisponibilidad de hierro y zinc de la leche materna
- Sustitución de tomas de leche por otros alimentos menos nutritivos.

## NUTRICION EN EL EMBARAZO Y LACTANCIA

### 3.9.1 Técnicas de esterilización para biberón, anexos y unidad de alimentación

#### METODOS DE ESTERILIZACION

✓ Con calor

##### EBULLICION

- Pon en una olla los objetos a desinfectar
- Llena el recipiente de agua hasta sumergirlos
- Hervir el agua durante 15-20 minutos
- Saca los biberones usando pinzas esterilizadas

##### VAPOR

- ❖ Coloca los biberones limpios en el esterilizador
- ❖ Agrega agua a la maquina
- ❖ Retirar lo biberones solo en el momento a utilizar

✓ En frio

- Introducir los objetos en el recipiente
- llenar de agua hasta el nivel indicado
- Añadir la sustancia desinfectante la cantidad aconsejada
- Sumergir los objetos completamente
- Dejar durante 30-90 minutos

✓ En microonda

- ❖ Adquirir un recipiente especial
- ❖ Se colorarán los biberones y las tetinas con un poco de agua
- ❖ Se calentará durante unos 4-8 minutos.

### 3.9.2 Técnica de preparación de fórmulas lácteas

#### TECNICAS DE PREPARACION

- Verificar la fecha de vencimiento
- Lavarse las manos antes de prepararlo
- Esteriliza los biberones antes de utilizarlos
- Medir la cantidad de leche de la formula

##### Lista para usar

- Agita bien la leche
- Pon la cantidad de leche necesaria para una ingesta
- Solo utiliza leche de fórmula
- Coloca la tetina y la tapa

##### Liquida concentrada

- Agita el líquido concentrado antes de mezclarlo con agua.
- Pon la cantidad de leche indicada para una porción.
- Coloca la tetina y la tapa, y agítalo bien.

##### En polvo

- Elige la cantidad de leche que quieres y sigue las instrucciones del envase.
- Usa una taza para medir la cantidad de agua que se necesita y, luego, agrega el agua en el biberón.

#### TIPOS DE FORMULAS

**NUTRICION EN EL  
EMBARAZO Y  
LACTANCIA**

**3.9.3 Elaboración y  
evaluación de fórmulas  
lácteas para uso infantil  
en el laboratorio**

✓ (Codex Alimentarius Resolución 11488 de 1984)

**CONSISTE**

Formulación y elaboración del producto Inicialmente se estableció el aporte nutricional de dos formulaciones

**OBTUVIERON**

Proteínas, grasas, carbohidratos y algunos micronutrientes

**CONSEJO**

- ✓ Las muestras se almacenan en refrigeración a 4°C
- ✓ Por cada formulación (fórmula para lactantes de 0-5 meses y fórmula para lactantes de 6-12 meses)

**PRUEBAS  
BROMATOL-  
OGICAS**

- ✓ Se cuantificó: proteína, grasa y carbohidratos totales, humedad, ácido fólico, hierro, calcio y zinc. Fueron realizadas en el laboratorio Delivery

**3.9.4 Elaboración y  
evaluación de alimentación  
complementaria en  
laboratorio**

**ALIMENTACION  
COMPLEMENTARIA**

**OBJETIVO**

- Tener un adecuado crecimiento y desarrollo neurológico.
- Proveer nutrientes que son insuficientes en la leche materna
- El niño distinga sabores, colores, texturas
- Desarrollen hábitos de alimentación saludable.
- Tengan interrelación correcta entre padres e hijos.
- Integración de la dieta familiar.
- Lleven una alimentación completa para prevenir factores de riesgo

## **Bibliografía**

*UDS.* (SEPTIEMBRE-DICIEMBRE de 2021). Obtenido de

<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/files/asignatura/eed90a7f7ed5f53a70764cc1c8607bff.pdf>