



**Alumno:** Pérez Girón Kevin

**Profesora:** Méndez Guillen Daniela Monserrat

**Trabajo:** Cuadro Sinóptico

**Materia:** Nutrición Y Actividades Pediátricas

**Cuatrimestre:** 7°

**Licenciatura:** Nutrición

Comitán De Domínguez Chiapas A 9 De Octubre Del 2021.

# Nutrición Del Lactante

- **Lactancia Materna**
  - Forma ideal { De alimentar { Al recién nacido
  - Proporciona { Nutrientes { Esenciales { Para el buen { Crecimiento { Del bebé  
                  { Vitaminas {                    { Desarrollo
  - { Anticuerpos
  - Recomendable { Hasta los { 6 meses
  - Beneficios { Protege el sistema inmune  
              { Reduce el riesgo de asma y alergias  
              { Reduce el riesgo de asma y alergias  
              { Menor tasa de obesidad infantil
- **Composición De La Leche Materna**
  - Calostro { Fluido amarillento y espeso  
          { Rico en proteínas y vitaminas liposolubles
  - Lactosa { Principal carbohidrato  
          { Aporta energía
  - Lactoferrina { Favorece la absorción del hierro
  - Nucleótidos { Mejoran la maduración y proliferación { Gastrointestinal
- **Composición De La Leche De Vaca**
  - Proteínas { 2.8-4.9%
  - Grasa { 2.6 - 4.8%
  - Carbohidratos { 3.7 - 5.4%
  - Agua { 85.6 - 89.5%
- **Conservación De La Leche Materna**
  - Lugar de almacenamiento { Temperatura ambiente { 16° C a 25° C  
                                      { Frigorífico { 4° C  
                                      { Congelador { -18° C
- **Técnicas De Lactancia Materna**
  - Agarre al pecho
  - Posición sentada/cuna
  - Posición en balón de rugby
  - Posición de caballito { Útil en casos de reflujo gastroesofágico
- **Formulas Para La Alimentación Del Lactante**
  - Antirregurgitación { Para niños con { Reflujo gastroesofágico
  - Antiestreñimiento
  - Formula sin lactosa { Para niños con { Mala absorción
  - Formulas hidrolizadas
- **Alimentación Del Recién Nacido**
  - Requerimientos energéticos { 100 a 120 kcal/día { A partir de la segunda semana
  - Proteínas { Oscila entre { 1,2 a 1,8g/100
  - Carbohidratos { Deben contener { Entre 5,4-8-4g/100 ml
  - Lípidos { Oscila entre { 3,3 y 4g/dl
- **Alimentación Complementaria**
  - ¿Cuándo iniciar? { A partir de los 6 meses
  - Riesgos de iniciarlo antes { Atragantamiento  
                                      { Aumento de gastroenteritis  
                                      { Infecciones en el tracto respiratorio
  - ¿Qué alimentos dar?
    - Verduras y hortalizas { Excepto las que tengan nitratos
    - Frutas
    - Cereales integrales
    - Alimentos de origen animal { Huevos  
  { Pollo  
  { Pescado  
  { Carnes rojas { Ricos en hierro
- **Destete En Los Recién Nacidos**
  - ¿Cuándo hacerlo? { A partir de la introducción de alimentos

## Referencias

1. Fernández-Vegue, D. M. (2018). Recomendaciones De La Asociación Española De Pediatría. *Alimentación Complementaria.Pdf*, 2-18.
2. UDS. (2021). Lactancia Materna. *Nutrición Y Actividades Pediátricas.Pdf*, 8-40.