



**Nombre de alumno: Damaris
Gabriela Pérez Santizo**

**Nombre del profesor: JULIBETH
MARTINEZ GUILLEN**

Nombre del trabajo: SUPERNOTA

**Materia: NUTRICION EN LA INFANCIA Y
ADOLESCENCIA**

PASIÓN POR EDUCAR

Grado: 5

Grupo: A

Comitán de Domínguez Chiapas a 20 de ENERO de 2022.



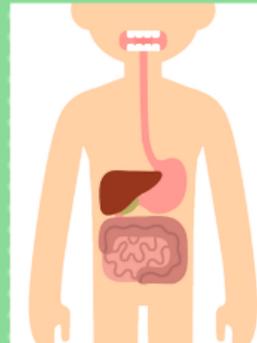
NUTRICION EN LA INFANCIA Y ADOLESCENCIA

El aparato digestivo es responsable de descomponer los alimentos, absorber los nutrientes y librar al organismo de los productos de desecho de los alimentos.



Anatomía y fisiología del aparato digestivo infantil.

- Tubo digestivo superior, formado por la boca, el esófago y el estómago.
- Tubo digestivo inferior, formado por el intestino delgado y grueso.
- El hígado, el páncreas y la vesícula biliar.



La capacidad gástrica del lactante aumenta de 10 a 20 mililitros en el nacimiento hasta 200 al primer año, lo que le permite consumir comidas más abundantes y menos frecuentes. La velocidad de vaciamiento es relativamente lenta, dependiendo del volumen y la composición de la comida.

Maduración gastrointestinal

La maduración intestinal consiste en la adquisición de la flora adecuada en el tracto digestivo en los niños, hasta que se asemeja a la del adulto. Pero entonces, ¿Qué es esta flora intestinal? La microbiota o flora intestinal es el conjunto de microorganismos que se encuentran colonizando el intestino humano.

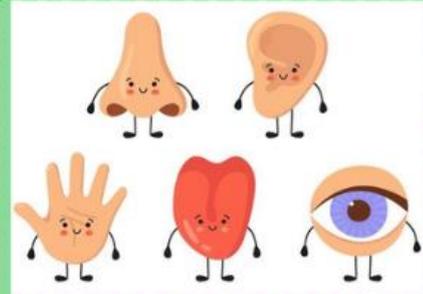


Durante este proceso

madurativo hay otros factores que influyen negativamente en el correcto desarrollo de la microbiota, y a la cabeza de ellos están ciertos antibióticos. Hacia los 2-3 años, cuando cesa la lactancia, se acaba de establecer la microbiota definitiva (la del adulto).

Sabor y saciedad

Sabores hay cientos, siendo estos el resultado de la mezcla de gusto y olfatos, además del tacto y los demás sentidos que todos influyen. La saciedad es una sensación de estar satisfecho. Su estómago le dice al cerebro que está lleno. Normalmente, esta sensación hace que usted deje de comer y no vuelva a pensar en comida por varias horas.



Nutrición, desarrollo y crecimiento.

La buena nutrición es vital para el crecimiento y el desarrollo de los niños. La alimentación de las mujeres embarazadas y los niños pequeños debe ser variada y nutritiva. Debe incluir nutrientes fundamentales, como proteínas y ácidos grasos esenciales, que ayudan al crecimiento y aportan energía; vitamina A para defender al organismo contra las enfermedades; yodo para el sano desarrollo del cerebro infantil.



Valoración nutricional infantil.

Una correcta valoración del estado nutricional (VEN) permite identificar las alteraciones nutricionales por exceso y por defecto, y posibilita el adecuado abordaje diagnóstico y terapéutico. Una VEN completa debe incluir la realización de la historia clínico-nutricional, incluyendo la valoración dietética, una correcta exploración y estudio antropométrico, y la valoración de la composición corporal

Medios técnicos de valoración nutricional en pediatría.

Para el pediatra resulta imprescindible valorar de forma objetiva el crecimiento y el estado de nutrición para poder discriminar entre niños con nutrición adecuada, variantes de la normalidad y desviaciones patológicas de la misma. La vigilancia nutricional del niño en los exámenes de salud y su exploración ante cualquier enfermedad constituyen la forma más eficaz de orientar un trastorno nutricional



Bibliografía

https://www.aeped.es/sites/default/files/documentos/manual_nutricion.pdf

<https://www.pediatriaintegral.es/publicacion-2015-05/valoracion-del-estado-nutricional/>

<https://www.unicef.org/colombia/nutricion-y-crecimiento>

<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LNU/2f9b876b364400129933fd0f618b7f48-LC-LNU504.pdf>