

Licenciatura en Medicina Humana

Materia:

Crecimiento y desarrollo biológico

Trabajo:

Esquema de alimentación complementaria.

Docente:

Dr. Daniel Lopez Castro

Alumno:

Carlos Alfredo Solano Díaz.

Semestre y Grupo:

7° "A"

EDAD CUMPLIDA	ALIMENTOS A INTRODUCIR	FRECUENCIA	CONSISTENCIA	CONSISTENCIA
0- 6 meses	Lactancia materna exclusiva	A libre demanda	Líquida	
6-7 meses	Carne (ternera, pollo, pavo, res, cerdo, hígado)*, verduras, frutas, Cereales (arroz, maíz, trigo, avena, centeno, amaranto, cebada, tortilla, pan, galletas, pastas, cereales infantiles pre cocidos adicionados)	2 a 3 veces al día	Purés, papillas	
7-8 meses	Leguminosas (frijol, haba, garbanzo, lenteja, alubia)	3 veces al día	Purés, picados finos, alimentos machacados	
8-12 meses	Derivados de leche (queso, yogurt y otros) Huevo y pescado**	3-4 veces al día	Picados trocitos	
	Frutas cítricas, leche entera***	4-5 veces al día		

<p>>12 meses</p>	<p>El niño o niña se incorpora a la dieta familiar</p>		<p>Trocitos pequeños</p>	
-------------------------	--	--	------------------------------	---

REFERENCIA BIBLIOGRAFICA.

- DOF,(2005). NOM – 043 – SSA2 – 2012. Servicios basicos de salud. Promocion y educacion para la salud en materia alimentaria. Criterios para brindar orientacion