



MATERIA: NUTRICIÓN CLINICA

TEMA: CUADRO SINÓPTICO

PROFESOR/A: LIC. JULIBETH MARTÍNEZ

GRADO: 3ER. CUATRIMESTRE

GRUPO: (A) ESCOLARIZADO

ALUMNA: BETHSAIDA VÁZQUEZ HERNÁNDEZ.

Alimentación en las diferentes etapas de vida

3.1 EMBARAZO

una buena nutrición durante los 38 a 40 semanas de embarazo normal es esencial tanto para la madre como para el niño.

GANANCIA DE PESO DURANTE EL EMBARAZO:

El aumento de peso durante el embarazo es natural para que el bebé se desarrolle normalmente y la madre pueda tener salud.

3.2 LACTANCIA

Una mujer necesita decidir si va amamantar a su bebé antes de que nazca.

BENEFICIOS DE LA LACTANCIA:

El principal beneficio de la leche materna es nutricional. Es la cantidad precisa de lactosa, agua, ácidos grasos esenciales y aminoácidos.

3.3 INFANCIA

Crecimiento y desarrollo: la velocidad del crecimiento disminuye considerablemente después del primer año de vida.

ALIMENTACIÓN DE LOS NIÑOS EN EDAD PREESCOLAR:

Los niños de edad comprendida entre 1 y 6 años muestran un amplio progreso de desarrollo y habilidades.

3.4 ADOLESCENCIA

La adolescencia es una etapa de la vida en la que más claramente se puede observar la BIOPICOSOCIALIDAD del individuo.

LAPSOS VARIABLES Y DURACIÓN:

. la intensidad del crecimiento lineal, función hormonal cambios en las emociones y sentimientos
. la presencia de relación con los padres, autoridades.

NECESIDADES NUTRICIONALES:

Las ingestas dietéticas de referencia (IDR) para adolescentes se establecen en función de la edad y sexo.

3.5 ADULTA

La etapa adulta se puede dividir de manera general en 3 periodos: adulta joven, media y tarda.

REQUISITOS NUTRICIONALES:

De los adultos saludables cambian muy poco.
El hierro para mujeres a lo largo de los años siendo mayor que el de los hombres.

3.6 CLIMATERIO

Esto significa que el organismo gasta menos energía para mantener el funcionamiento.

Las mujeres experimentan aumento de peso durante esta etapa.

3.7 VEJEZ

Se clasifica como: envejecimiento "usual y normal" envejecimiento exitoso y patológico.

ADULTOS MAYORES DE 65 AÑOS:

Menor consumo de energía: ya que el gasto energético basal y masa magra disminuye el 20%.