



**Nombre de alumno: Felipe Vazquez
Erivian Usbaldo.**

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

**Nombre del trabajo: Cuadro
Sinóptico.**

PASIÓN POR EDUCAR

Materia: Nutrición Clínica.

Grado: 3

Grupo: B

Comitán de Domínguez Chiapas a 07 de julio de 2022.

ALIMENTACIÓN EN LAS DIFERENTES ETAPAS DE LA VIDA.

EMBARAZO

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

Ganancia de peso durante el embarazo.

Además del desarrollo del bebé, el útero, los pechos, la placenta, el volumen de sangre, los fluidos corporales y la grasa de la madre deben aumentar para responder a las necesidades del bebé.

Necesidades nutricionales durante el embarazo.

Si la madre no está consumiendo el calcio adecuado en su dieta, el bebé obtendrá el calcio de los huesos de ésta. La necesidad de hierro crece debido al aumento en el volumen de sangre durante el embarazo.

Satisfacción de las necesidades nutricionales durante el embarazo.

Si la madre no está consumiendo el calcio adecuado en su dieta, el bebé obtendrá el calcio de los huesos de ésta. La necesidad de hierro crece debido al aumento en el volumen de sangre durante el embarazo.

LACTANCIA

La lactancia, la producción y secreción de leche materna con el propósito de alimentar a un bebé, se facilita por medio de la interacción entre varias hormonas después del nacimiento del bebé.

Beneficios de la lactancia

La leche materna contiene la cantidad precisa de lactosa, agua, ácidos grasos esenciales y aminoácidos para el desarrollo cerebral, el crecimiento y la digestión.

Leche materna

Durante los primeros días de vida, un bebé alimentado con lactancia materna toma calostro, un líquido transparente amarillento que satisface sus necesidades nutricionales durante la primera semana.

Desarrollo de las técnicas de alimentación

Al nacer, los lactantes coordinan el movimiento de mamar con la respiración y la deglución y están preparados para mamar líquidos de la mama o del biberón, pero no pueden manejar alimentos con textura.

Desarrollo de las técnicas de alimentación

Un desarrollo adecuado y las necesidades de nutrientes son los criterios que determinan el momento adecuado para añadir nuevos alimentos. Durante los primeros 4 meses de vida.

ALIMENTACIÓN EN LA INFANCIA

Crecimiento y desarrollo

La velocidad de crecimiento disminuye considerablemente después del primer año de vida.

Alimentación de los niños en edad preescolar.

Los niños de edades comprendidas entre 1 y 6 años muestran un amplio progreso en el desarrollo y en la adquisición de habilidades.

ALIMENTACIÓN EN LA ADOLESCENCIA

Si bien el comienzo de la transición de una etapa biológica a otra no se puede predecir con exactitud, la adolescencia es una de las etapas de la vida en la que más claramente se puede observar la biopsicosocialidad del individuo

Necesidades nutricionales

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

ALIMENTACIÓN EN LA EDAD ADULTA

La etapa adulta puede dividirse de manera general en tres periodos: etapas adultas joven, media y tardía. La etapa adulta joven es de emoción y exploración.

Necesidades nutricionales

Durante estos años, los requisitos nutricionales de los adultos saludables cambian muy poco.

ALIMENTACIÓN DE LA MUJER EN PERIODO DE CLIMATERIO.

Se entiende por climaterio al periodo que precede al cese de la menstruación por razones hormonales hasta los cinco años posteriores a la interrupción del ciclo menstrual. La característica más evidente de este periodo es la disminución en la producción de estrógenos.

Bibliografía

UDS. (07 de julio de 2022). *UDS Antología de Nutrición Clínica*. Obtenido de <https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LEN/cec907a4b968917deb0108e73d19d221-LC-LEN304%20NUTRICION%20CLINICA.pdf>.