



Nombre de alumno: María Daniela Gordillo Pinto

Nombre del profesor: Daniela Monserrat Méndez Guillen

Nombre del trabajo: Mapa conceptual Unidad III

Materia: Planeación dietética

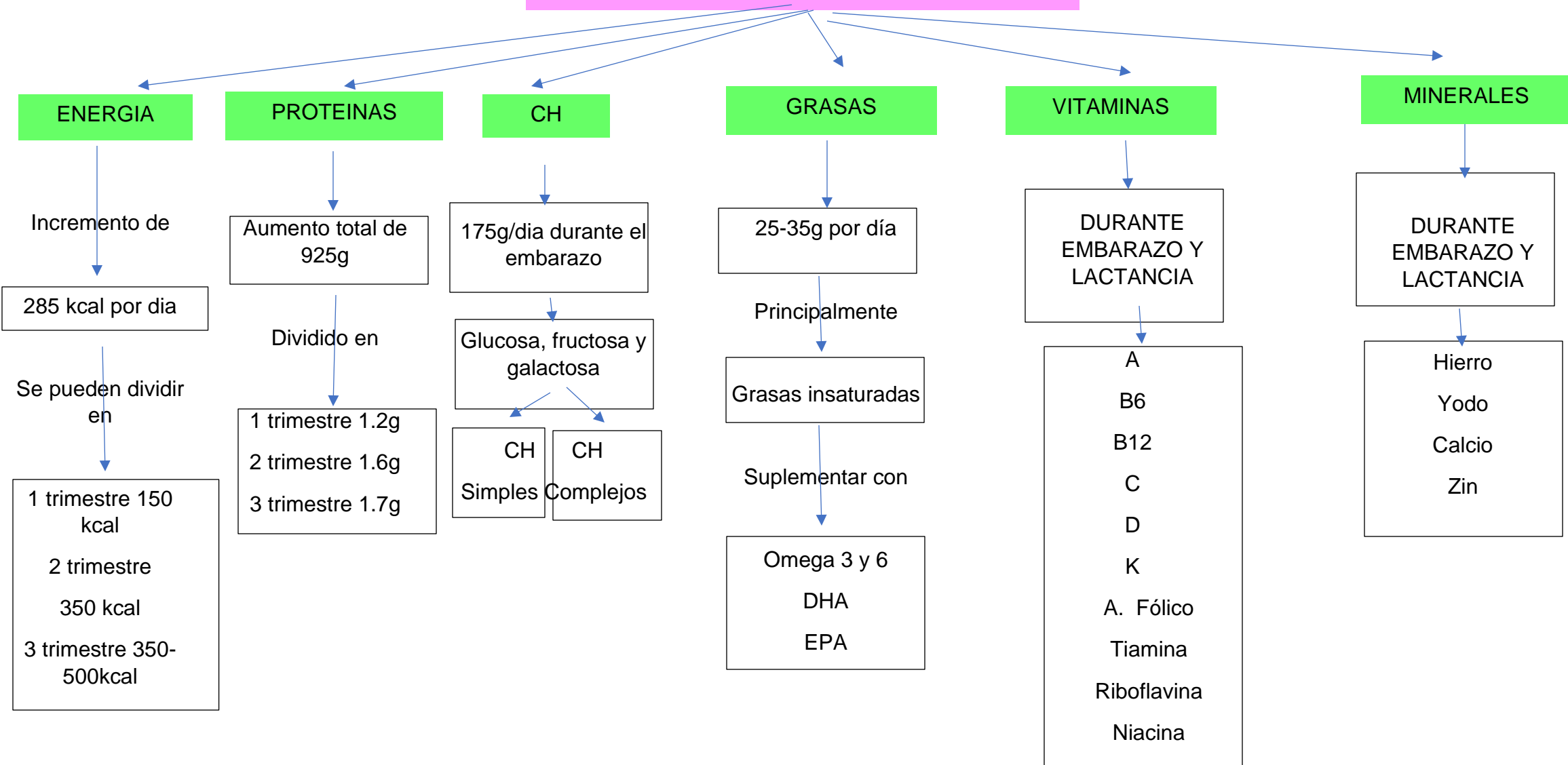
Grado: 2° cuatrimestre

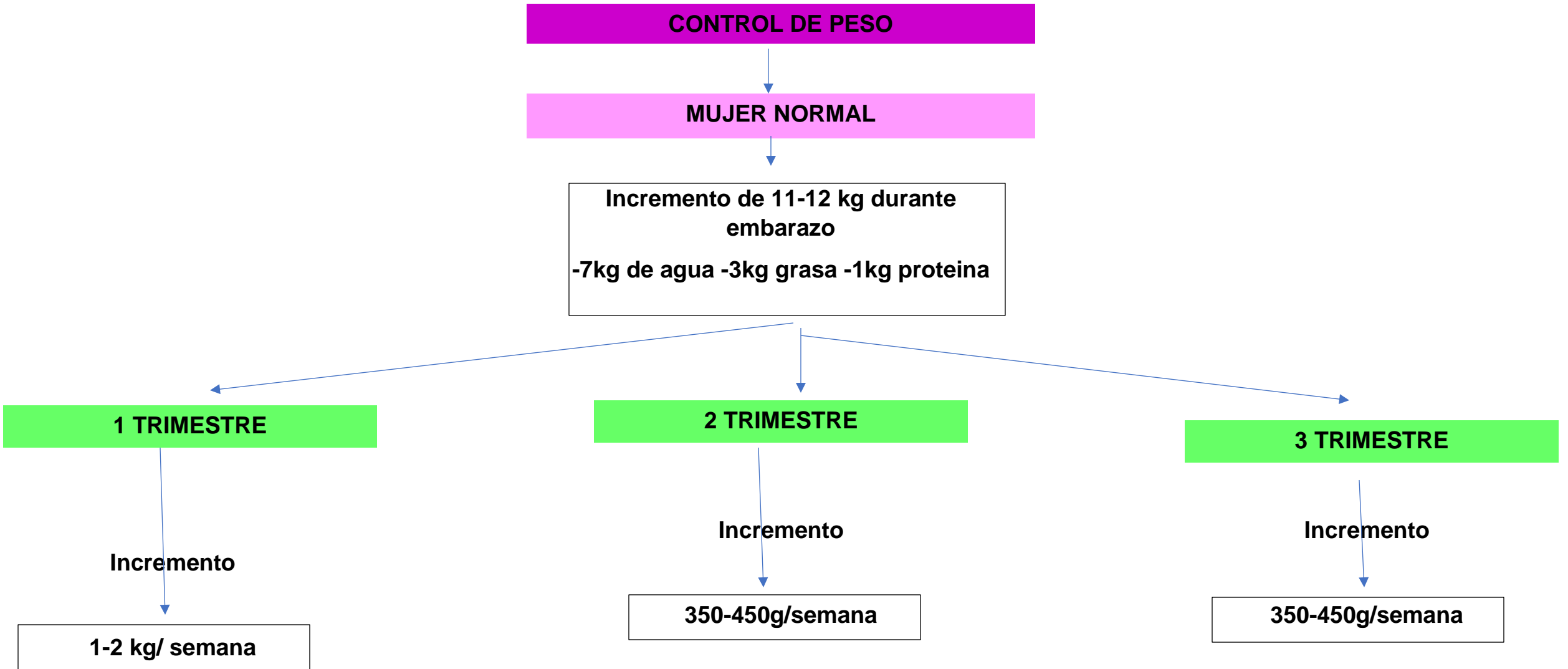
Grupo: LNU17EMC0122-A

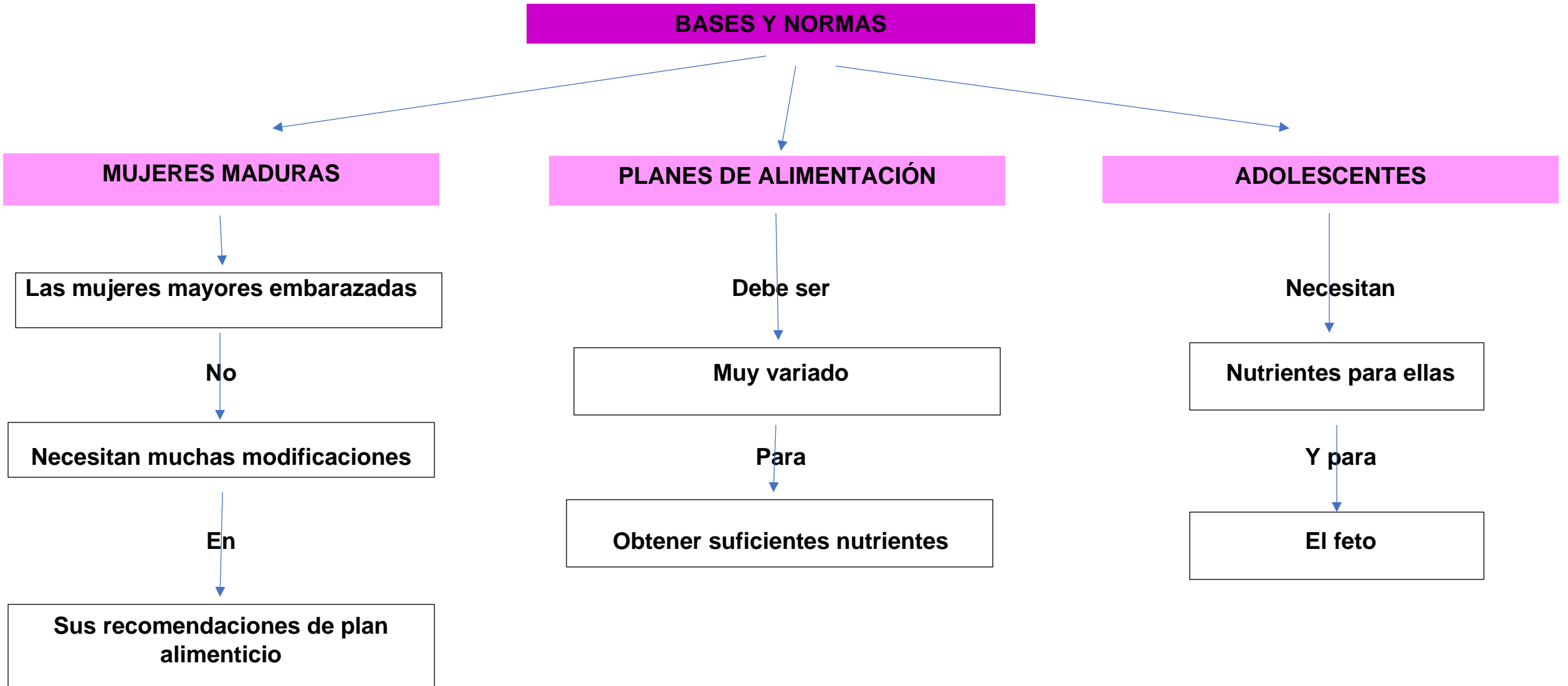
Comitán de Domínguez Chiapas a 11 de marzo de 2023

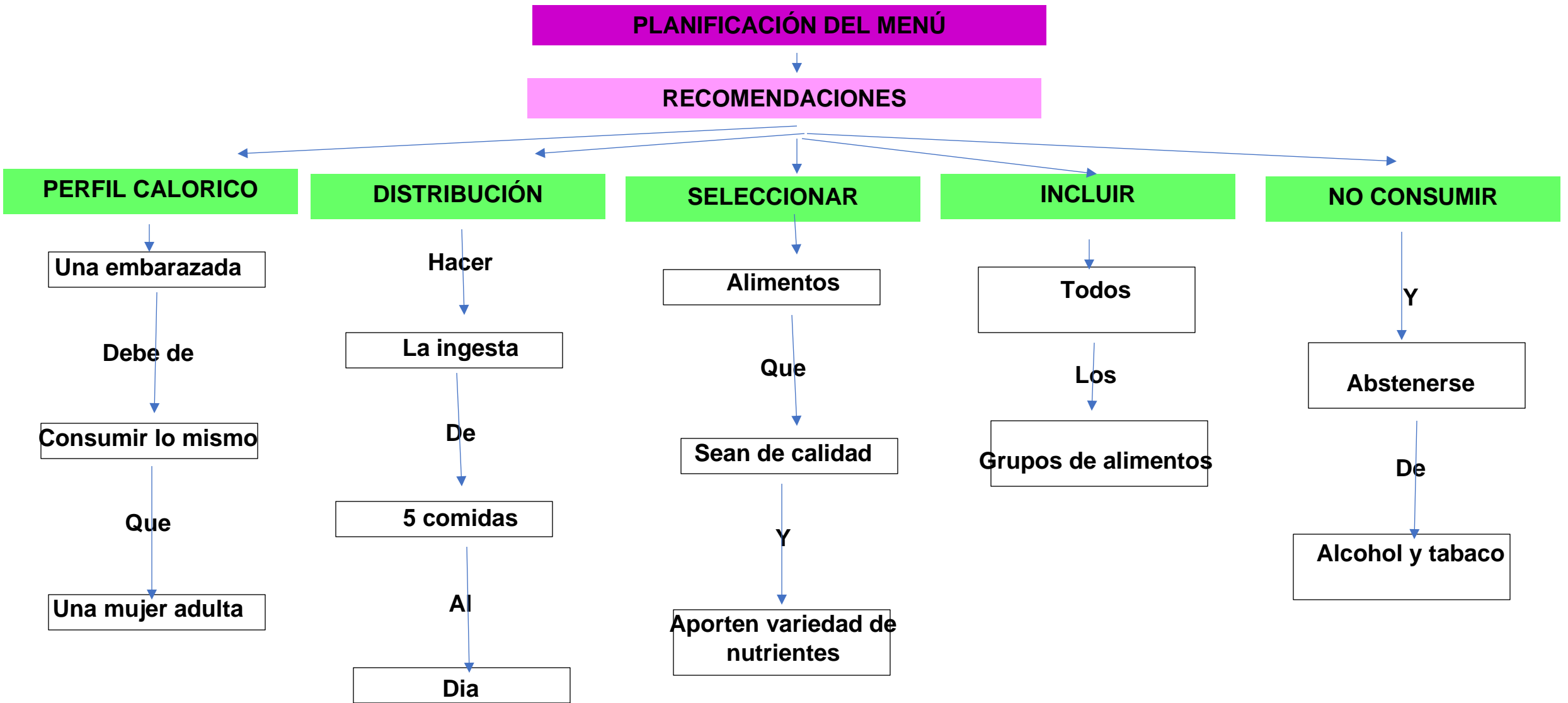
DIETA EN EL EMBARAZO Y LACTANCIA

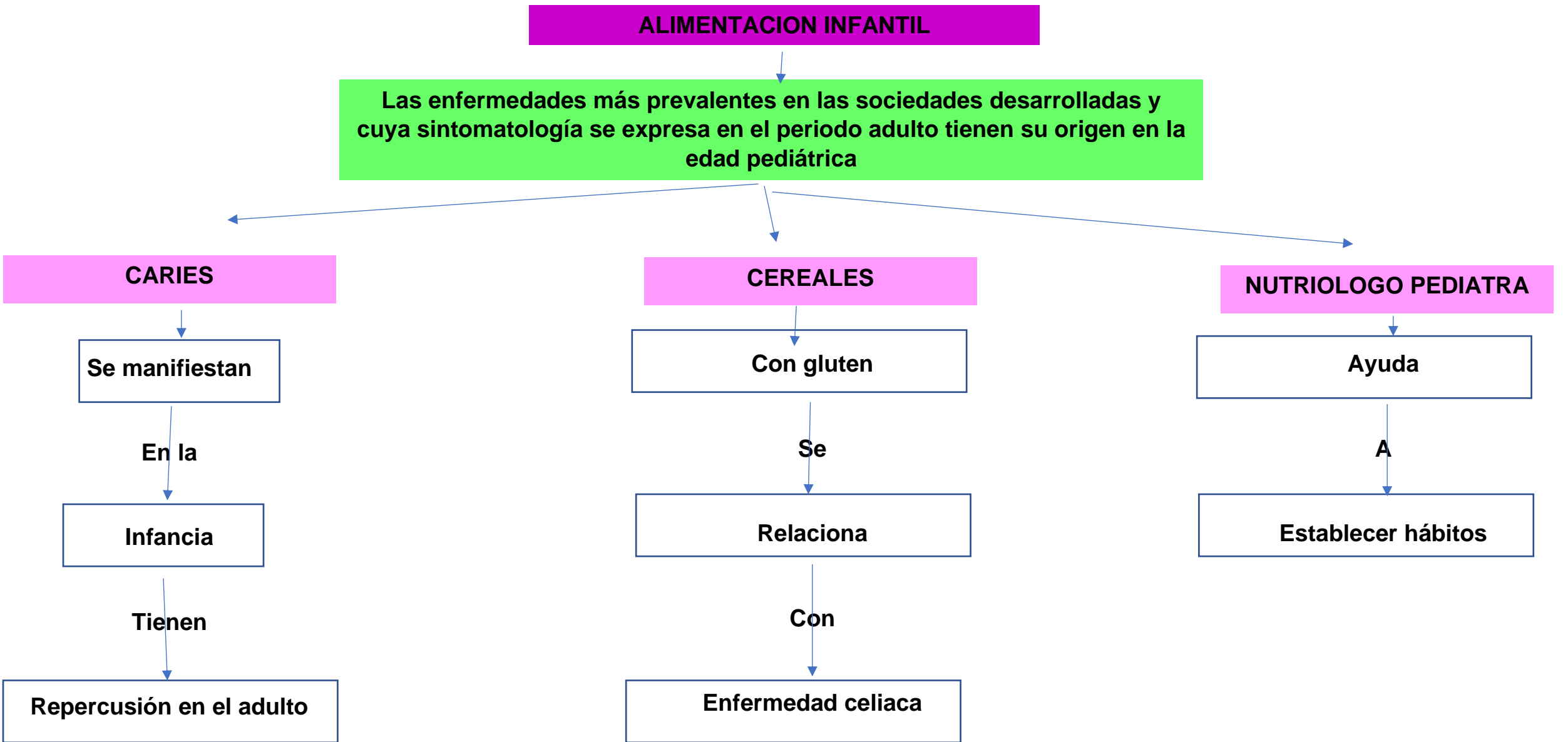
REQUERIMIENTOS NUTRICIONALES DE MADRE











DIETAS POS-LACTANCIA

La lactancia es el primer periodo de la vida y comprende varios meses durante los cuales el recién nacido se alimenta sólo de leche, la cual le aporta todos los nutrientes necesarios para su normal desarrollo.

ESTADIOS DE LA LECHE MATERNA

CALOSTRO

1-5 días de nacimiento

Rica en

Proteínas

TRANSICION

6-15 días de nacimiento

Rica en

Carbohidratos

LECHE MADURA

+16 días de nacimiento

Rica en

Lipidos

INTRODUCCION DE ALIMENTOS

Unas recomendaciones generales para la alimentación del lactante e introducción de la AC, que pueden resumirse de la siguiente manera:

LECHE MATERNA

Exclusiva

Hasta

Los 6 meses del bebé

ALIMENTACION COMPLEMENTARIA

Hasta que

El

Bebé permanezca sentado

RETRASAR

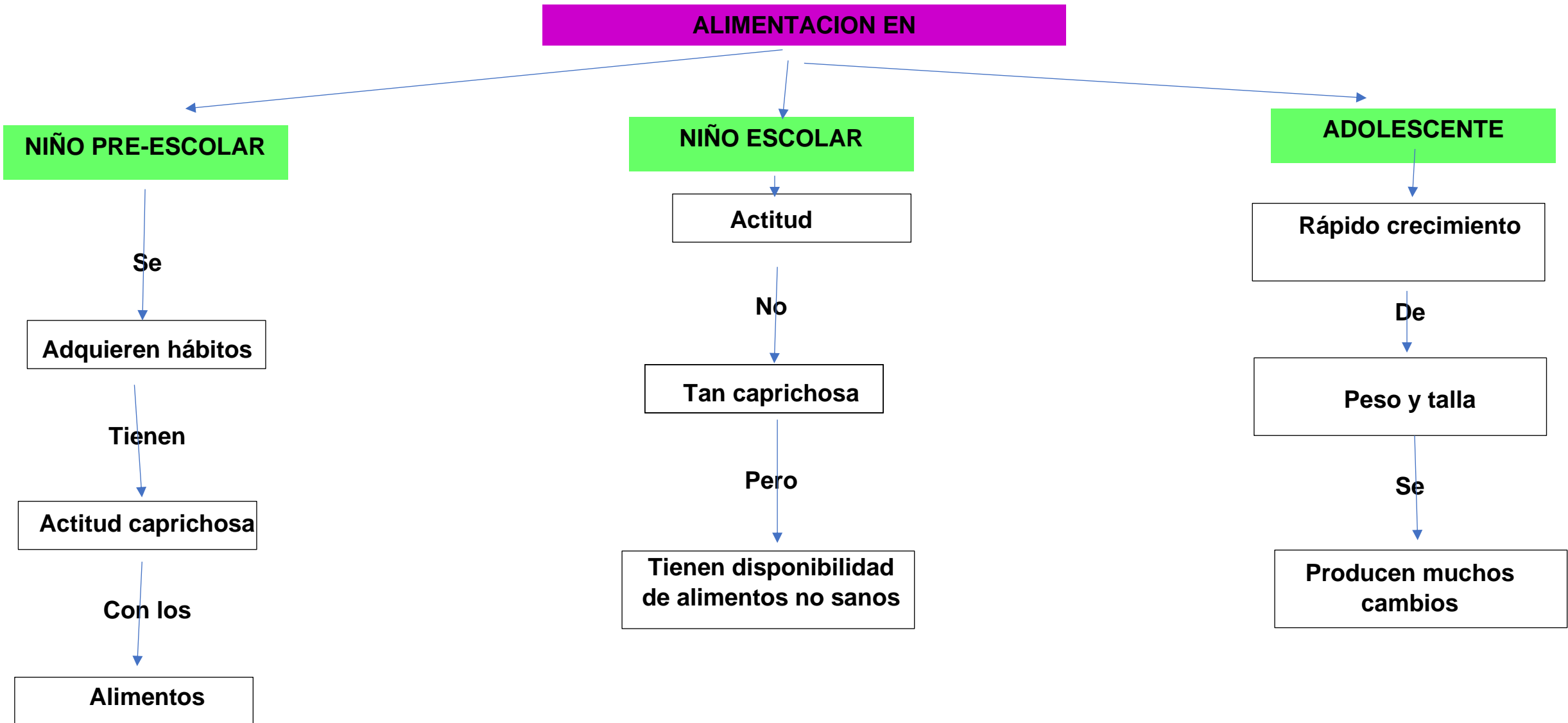
El consumo

De

Pescado

Y

Huevos



BIBLIOGRAFIA

ANTOLOGIA DE LA UNIVERSIDAD DEL SURESTE (2023). PLANEACIÓN
DIETETICA (PP. 50-67)