



Mi Universidad

Ensayo

Nombre del Alumno: Pablo David Gómez Valdez

Nombre del tema: ensayo

Parcial:

Nombre de la Materia: nutrición infancia y adolescencia

Nombre del profesor: Julieth Martínez

Nombre de la Licenciatura: nutrición

Cuatrimestre: 5

Introduccion:

En nutricion infancia y adolescencia podemos abarcar muchos temas relacionados con lo que son problemas durante la lactancia, anomalias y comportamientos diferentes en el paciente infante y mediante su desarrollo y crecimiento el cual podemos ayudar a mejorar su situacion o llevar un plan alimentario saludables para un buen crecimiento, como es en la adolescencia al igual existen diferentes comportamientos en ellos su relacion con los alimentos los cuales pueden producir problemas desde edad temprana como son alimentos alergenos y que se hagan intolerancias el cual afecte su sistema digestivo del paciente, por eso mismo se especifica cada una de sus etapas de crecimiento llevando a cabo estudios de problemas que pueden afectar al paso del tiempo o tambien que el paciente cree problemas en una edad mas avanzada ya sea como la anorexia, bulimia, vigorexia, ortorexia u otras conductas que puedan dañarle.

Desarrollo:

En La infancia es el periodo del transcurrir vital, en el cual se determinan los elementos fundamentales para el posterior desarrollo de las personas. Aspectos familiares, sociales, culturales, ambientales, psicológicos y nutricionales condicionan múltiples características que formarán parte del niño durante toda su vida, la calidad de las vidas de los niños y las niñas puede cambiar de manera radical dentro de una misma vivienda, entre dos casas de la misma calle, entre las regiones y entre los países industrializados y en desarrollo.

Como es en el periodo de lactancia empieza en el nacimiento y comprende hasta aproximadamente 2 años de edad. El segundo periodo es la infancia desde los 2 años hasta la niñez tardía de unos 12 años. El tercer periodo es la adolescencia que comienza con la pubertad que es el final de la infancia y el inicio de la adolescencia comprende de los 12 a los 20 años. El cuarto periodo es la adultez inicial que abarca de los 20 a los 40 años. El quinto periodo es la adultez madura que abarca de los 40 a los 60 años de edad. Por último, el sexto periodo senectud o vejez abarca de los 60 años en adelante.

La mielinización de estos circuitos comienza a los 8 meses de gestación y está prácticamente completa a los 2 años de edad. Durante este periodo, los circuitos neuronales tienen gran plasticidad, siendo muy sensibles a los estímulos externos. Estos ayudan a la maduración neuronal la cual este tiempo afectan a la organización y perfeccionamiento de las estructuras neuronales y pueden ser responsables de un retraso en el desarrollo psicomotor.

Por eso es bueno contribuir para el mejoramiento neuronal del infante mediante su desarrollo y maduración, como también en la maduración digestiva que no hay que dejarla de lado ya que también es sumamente importante.

Para la saciedad hay que saber que es muy importante también la textura y el aspecto visual de un alimento o preparación puede determinar nuestros deseos de consumirlo o no, pero también, puede influir en su efecto para calmar nuestra hambre, es decir, puede ser un factor clave en el proceso de saciedad,

La evaluación del estado nutricional tiene como finalidad la detección temprana de grupos de pacientes con riesgo de padecer malnutrición, el desarrollo de programas de salud y nutrición y para controlar la eficacia de distintos regímenes dietéticos.

También especificar una buena medición para el paciente a la hora de pesar y medir ya que es diferente al de un adulto en un infante ya que existen diferentes técnicas aplicadas y como es la exploración física que al igual es muy importante.

En la nutrición de un lactante niño y adolescente son distintas ya que tienen diferentes aportaciones alimentos como de proteínas, hidratos de carbono, lípidos, minerales, vitaminas y agua para cubrir el mantenimiento de las funciones basales, el gasto energético y la demanda propia de la formación de nuevos tejidos, como es el calostro que es muy importante en la lactancia materna o la lactancia artificial que es una técnica para ayuda en prematuros

Después sigue la alimentación complementaria ya que es de vital ayuda también para los factores involucrados en el éxito de su buena implementación. Ya que una mal nutrición puede retraso en el crecimiento es una señal clara de que los niños en un país no se están desarrollando bien y a la vez un síntoma de privaciones pasadas y un predictor de pobreza en el futuro, Por eso es bueno tener una intervención alimentaria conductual o terapia de conducta es un enfoque de la psicología clínica que se fundamenta en la psicología del aprendizaje para la explicación de los trastornos psicológicos y el desarrollo de estrategias dirigidas al cambio terapéutico para ayudar al px, ya que existen una variedad de problemas como son los TCA son trastornos mentales caracterizados por un comportamiento patológico frente a la ingesta alimentaria y una obsesión por el control de peso.

También existen problemas como son la prematuridad la cual es sumamente riesgoso es una de las mayores partes riesgosas ya que existen demasiadas muertes es una situación riesgosa.

Como también existen muchas dificultades al momento del crecimiento y sus etapas del niño ya que pueden ingerir alimentos alérgenos o patologías consecuentes que se tiene que tratar, como ejemplo la diabetes infantil la cual es peligrosa si se sigue sin medicación para el px, también existen reglas para la buena alimentación de los niños como existe el comedor comunitario infantil y los bancos de leche materna para una buena alimentación.

Conclusión:

Pues en mi parecer la nutrición en las diferentes etapas de crecimiento es muy importante para un buen desarrollo y estudiar lo que puede afectar en las diferentes patologías que se puedan presentar durante esos periodos

ayudando a evitarlas o corregir algunas conductas que repercutan en la salud.

BIBLIOGRAFIA: antología UDS nutrición en infancia y adolescencia