



Nombre:

Gabriela cruz escobar

Cuatrimestre Y Grupo:

3er Cuatrimestre grupo A

Carrera:

Lic. en Enfermería

Asignatura:

Nutrición

Trabajo:

Infografía

Docente:

Claudia Fernanda López Bartolón

# ALIMENTACIÓN COMPLEMENTARIA



- Asegurar la cantidad y variedad de nutrimentos necesarios para asegurar el crecimiento y desarrollo de los niños,



- Establecer patrones de alimentación saludable que preserven la salud y prevengan enfermedades



- Facilitar los procesos que permitan a los niños mantener su estado de salud a través, del estímulo del sistema inmune, de la armonía metabólica, de una buena microbiota, etc.

La alimentación complementaria acorde con las recomendaciones de diferentes organismos debe asegurar a los nutrimentos clave para el crecimiento y desarrollo del individuo, en particular el aporte de hierro, calcio, zinc, yodo y por supuesto los macronutrimentos que incluyen los hidratos de carbono, proteínas y lípidos además de agua que permitan lo ya mencionado.



Es fundamental entender qué es un proceso perceptivo de buena crianza, es decir, que a través de la alimentación complementaria de orden perceptivo, los padres tendrán que ir estableciendo buenos hábitos de conducta en el momento de la alimentación.



Por tal motivo es importante que en el segmento correspondiente ustedes se adentren en este proceso de nutrición de los niños.

Bibliografía :

Antología UDS