

Súper nota

Nombre de alumno: Carla Karina Calvo Ortega

Nombre del profesor: L.N. Julibeth Martínez
Guillen

Nombre del trabajo: Nutrición de la madre
gestante y lactante

Materia: Nutrición y actividades pediátricas

Grado: Séptimo cuatrimestre

Grupo: Nutrición

NUTRICIÓN DE LA MADRE GESTANTE Y LACTANTE

ALIMENTO

Cualquier sustancia (sólida o líquida) que es ingerida por los seres vivos para reponer lo que se ha perdido por la actividad del cuerpo, para ser fuente y motor de producción de las diferentes sustancias que se necesitan para la formación de algunos tejidos, promoviendo el crecimiento y transformando la energía adjunta en los alimentos en trabajo, locomoción y calor



Los órganos importantes son: el cerebro, y el aparato digestivo, existen 3 funciones básicas de los nutrientes que son: las plasmáticas, reguladoras y la energética.



La **dieta materna** con ingestas inadecuadas de vitaminas y minerales, así como un elevado consumo de alimentos o bebidas con azúcar refinada, **aumentan la incidencia de recién nacidos con bajo peso**, mientras que el consumo adecuado de micronutrientes y de hidratos de carbono (principalmente integrales) pueden disminuirla.

El consumo prenatal de pescado se asocia con menor retraso del crecimiento intrauterino

Observar niveles séricos deficitarios en vitaminas A, E, C, B2, B1, calcio y zinc en madres gestantes y en leche materna

Los déficits nutricionales maternos que conducen a un retraso del crecimiento intrauterino pueden alterar la expresión de algunos genes ocasionando una

programación anormal en el desarrollo de órganos y tejidos.

El consumo de verduras previo al embarazo puede disminuir el riesgo de parto prematuro.



Las malformaciones se producen durante los primeros 28 días de gestación, cuando la mujer puede desconocer que está embarazada.

Bibliografía

Universidad del sureste. *Antología de nutrición y actividades pediátricas*. (p 26 – 28)