



NOMBRE DE ALUMNO: AZENETH ISABEL NAJERA ARGUELLO

NOMBRE DEL PROFESOR: LIC. JULIBETH MARTINEZ GUILLEN

NOMBRE DEL TRABAJO: SUPER NOTAS

PASIÓN POR EDUCAR

MATERIA: NUTRICION Y ACTIVIDADES PEDIATRICAS

GRADO: 7°

GRUPO: NUTRICIÓN

Nutrición de la madre gestante y lactante

Un alimento es cualquier sustancia (sólida o líquida) que es ingerida por los seres vivos para reponer lo que se ha perdido por la actividad del cuerpo.

Los órganos importantes son:

- el cerebro
- el aparato digestivo



funciones básicas de los nutrientes que son:

- las plasmáticas
- reguladoras
- energética.



Una dieta saludable es esencial durante el periodo preconcepcional, embarazo y lactancia para garantizar la salud maternofetal y del neonato

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

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

Después del parto, la nutrición del lactante debe estar garantizada mediante la leche materna



Adecuado estado nutritivo materno, se observan niveles séricos deficitarios en vitaminas A, E, C, B2, B1, calcio y zinc en madres gestantes y en leche materna

Las malformaciones se producen durante los primeros 28 días de gestación, se puede prevenir aumentando el consumo de verduras de hoja verde y hortalizas

La leche materna es el mejor alimento para recién nacidos y bebés



Bibliografía

Universidad del Sureste. 2022. ANTOLOGIA
NUTRICION Y ACTIVIDADES PEDIATRICAS. PDF.
Recuperado el 18 de Septiembre 2023.