



Nombre de alumno: Alejandra Teresa Cansino León.

Nombre del profesor: Julibeth Martínez Guillen.

Nombre del trabajo: Súpernota de la unidad 1.

Materia: Nutrición en Actividades Pediátricas.

Grado: 7º Cuatrimestre.

Parcial: 1.

Grupo: LNU17EMC0121- A

Comitán de Domínguez Chiapas, a 22 de Septiembre de 2023.

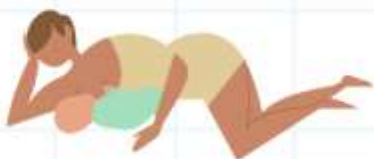
Nutrición de la madre gestante y lactante

El consumo de una dieta saludable es esencial durante el periodo preconcepcional, embarazo y lactancia para garantizar la salud maternofetal y del neonato.



Las necesidades de los nutrientes van a depender de: la edad, sexo, embarazo y lactancia, actividad física, estado de salud y enfermedad de la madre.

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.



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


La leche materna es el mejor alimento para recién nacidos y bebés, sin embargo, la lactancia aumenta los requerimientos de nutrientes para las madres, debido al proceso de embarazo y parto.



El requerimiento extra estimado de energía para las mujeres que inician el embarazo con un peso adecuado es de 360 y 340 kcal/día respectivamente durante el segundo trimestre y de 475 y 450 kcal/día durante el tercero.



Bibliografía:

-  Universidad del Sureste 2023. Antología de Nutrición en Actividades Pediátricas. Unidad 1. Recuperado el 22 de Septiembre de 2023.