

**Mi Universidad**



# **NUTRICION EN LA INFANCIA Y LA ADOLESCENCIA**

## **CUADRO SINOPTICO**

**DOCENTE: LIC PATRICIA LUNA**

**ALUMNA: DIANA FRANCELIA BRIONES**

**FECHA DE ENTREGA: ENERO 2024**

# ETAPAS DE LA VIDA INFANTIL

## PRIMERA INFANCIA DE (0- 2 AÑOS DE EDAD)

Los niños alcanzan estos indicadores en la forma de jugar, aprender, hablar, comportarse y moverse (por ejemplo, gatear, caminar o saltar). En el primer año, los bebés aprenden a enfocar la vista, a estirarse, a explorar y también aprenden sobre las cosas que los rodean.



## ETAPA PREESCOLAR (3- 5 AÑOS)

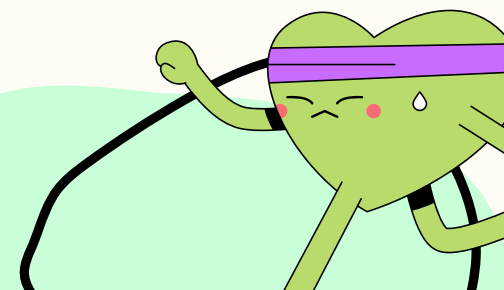
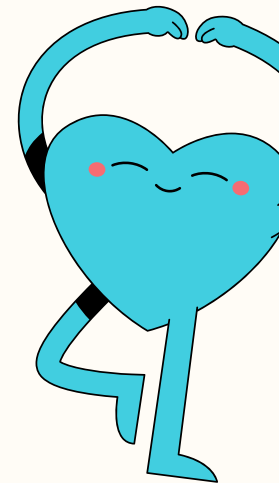
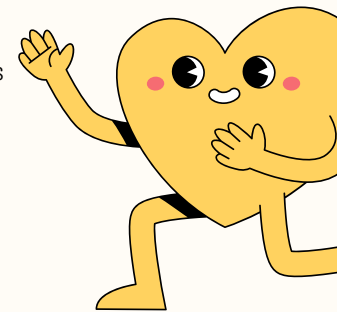
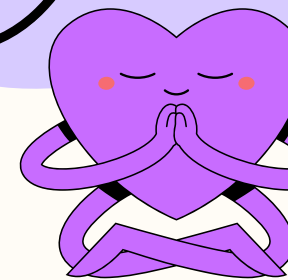
El niño en edad preescolar aprende las habilidades sociales necesarias para jugar y trabajar con otros niños. A medida que crece, su capacidad de cooperar con una cantidad mayor de compañeros aumenta, podrá andar en triciclo, usar tijeras de seguridad, distinguir a los niños de las niñas, comenzar a vestirse y desvestirse solo recordar partes de los cuentos y cantar canciones.

## ETAPA DE LA NIÑEZ MEDIA (6-11 AÑOS)

Es la etapa del desarrollo que va aproximadamente desde los 6 a los 12 años. En esta etapa se van a presentar diversos cambios tanto a nivel físico, como a nivel cognitivo, como a nivel psicosocial, que serían las tres grandes dimensiones que abarca el desarrollo.

## ADOLESCENCIA TEMPRANA (12- 14 AÑOS)

- Mindfulness es una técnica de meditación que se enfoca en la atención plena en el momento presente.
- No juzga los pensamientos ni las emociones.
- Puede mejorar el bienestar emocional.



**Bibliografía: Antología de  
la universidad del  
sureste campus  
Tapachula Chiapas**