

**Nombre de alumno: Diana Isabel
García Guillén.**

**Nombre del profesor: Julibeth
Martínez Guillén.**

**Nombre del trabajo: Mapa
conceptual.**

**Materia: Nutrición en la infancia y
adolescencia.**

Grado: 5°

Grupo: A



ALIMENTACIÓN COMPLEMENTARIA

CONSIDERACIONES PARA INICIAR

INICIO

- No antes de los 4 meses
- 6 meses
- No después de 8 meses

¿Cuándo comenzar?

- Pérdida del reflejo de protusión
 - Interés activo por alimentos
- Fortaleza para del tronco
 - Toma de leche insuficiente para cubrir las necesidades.

AC TRADICIONAL

Es una introducción de alimentos distintos a la leche materna,

- Alimentos en forma de
- Papillas
 - Purés
 - Licuada

Hasta Consistencias más sólidas

Recomendaciones

- Respetar saciedad del bebé
- Priorizar alimentos ricos en hierro y zinc.
- Administrar mismo alimento por 3 días (Cuidando alergias)
- No añadir sal o azúcar
- Iniciar con: Verduras, frutas, cereales, AOA, legumbres

BLW

Conocida como Alimentación guiada por el bebé

Administra Alimentos sólidos

Características

- Es
 - Dirigida por el bebé
 - Participación activa del bebé
 - Introducción precoz a alimentos alergénos
 - El bebé debe explorar

Recomendaciones

- Administra Alimentos en tiras largas y gruesas del tamaño del puño.
- No alimentos en forma de moneda
- Disponibilidad de tiempo

Riesgos

- Como
 - Anemia
 - Atragantamiento

BLISS

Es una Modificación del BLW

Características

- Administra Papillas y pures
- Dejando que el bebé explore y dirija la alimentación

Recomendaciones

- Incluir un alimento rico en hierro, energía, 1 fruta y 1 verdura.

Bibliografía:

- Universidad del sureste (2023). Nutrición en la infancia y adolescencia , quinto cuatrimestre. PDF Comitán de Domínguez, Chiapas.
- Gómez Fernández Vegue, M. (2018). RECOMENDACIONES DE LA ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE PEDIATRÍA SOBRE LA ALIMENTACIÓN COMPLEMENTARIA.
https://www.aeped.es/sites/default/files/documentos/recomendaciones_aep_sobre_alimentacio_n_complementaria_nov2018_v3_final.pdf