



**UNIVERSIDAD DEL SURESTE**

**LICENCIATURA EN NUTRICION**

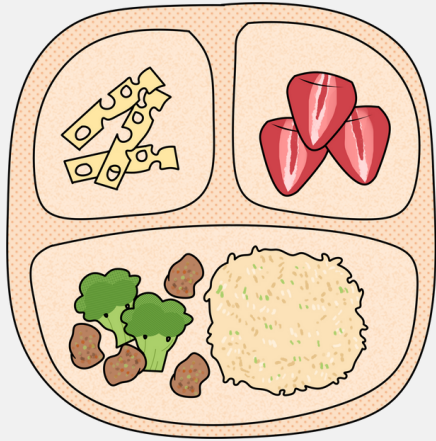
**MATERIA: NUTRICION EN LA  
INFANCIA Y ADOLESCENCIA**

**MAESTRA : JULIBETH GUILLEN**

**ALUMNA: NOEMI CAROLINA COBOS  
ZUMARRAGA**

**CUATRIMESTRE: QUINTO**

**UNIDAD : 2**



# ALIMENTACION COMPLEMENTARIA

## LA EDAD PARA INICIAR

Es a los 6 meses pero puede ser a los 4 meses o a los 8 meses

depende de

## VARIOS FACTORES

- que se siente solo el bebe ( fuerza en el tronco)
- reflejo de protrusion
- interes activo por alimentos
- tomas de leche no suficientes para cubrir requerimientos

¿que es ?

## LA ALIMENTACION COMPLEMENTARIA

proceso por el cual se ofrecen al lactante alimentos solidos o liquidos como complemento y no como sustitucion de lactancia o leche de formula.

## ¿CUANDO COMENZAR?

se recomienda lactancia materna exclusiva los primeros 6 meses

A partir de aqui

## AÑADIR PAULATINAMENTE

el resto de los alimentos , manteniendo la lactancia materna a demanda

todo el tiempo

que madre e hijo deseen . si toman leche de formula se puede iniciar entre lo 4 meses o 6 , siempre y cuando el bebe presente signos que este listo para iniciar.

## BEBE PREMATURO

se introducen igual que un bebe a termino

aunque

pueden tener deficiencias de hierro , vitamina D .

es necesario

incluir alimentos con estas vitaminas y minerales o si el medico lo decide suplementar.

## RETRASO EN AC.

afecta en crecimiento y neurodesarrollo

y una

## INTRODUCCION PRECOZ

- aumento de gastroenteritis
- infecciones del tracto respiratorio
- atragantamiento

a largo plazo

- mayor riesgo de obesidad
- riesgo de eccema topico
- riesgo de diabetes tipo 1
- riesgo de destete precoz

# BIBLIOGRAFIA

ANTOLOGIA DE LA UNIVERSIDAD DEL SURESTE.(2023).NUTRICION  
EN LA INFANCIA Y

ADOLESCENCIA.PDF.HTTPS://PLATAFORMAEDUCATIVAUDS.COM.M  
X/ASSETS/DOCS/LIBRO/LNU/8E93E2EC32533DEFF3C5EB632EE  
6F767-LC-

LNU504%20NUTRICI%C3%93N%20EN%20LA%20INFANCIA%20Y  
%20ADOLESCENCIA.PDF