

ACTIVIDAD 2, MAPA CONCEPTUAL



ALIMENTACIÓN COMPLEMENTARIA



ASIGNATURA: NUTRICIÓN EN LA INFANCIA
Y ADOLESCENCIA

PROFESORA: JULYBETH MARTINEZ GUILLEN

ALUMNA: JAZMIN BERNABE GALICIA

5to. CUATRIMESTRE
08/02/24



Nutrition Facts	
Serving size 200g	
Amount Per Serving	
Calories 300	
Calories from Fat 112	
% Daily Value	
Total Fat 8g	16%
Saturated Fat 1.5g	30%
Trans Fat	
Cholesterol 60mg	120%
Sodium 120mg	50%
Carbohydrate 10g	20%
Dietary Fiber 5g	10%
Sugars 6g	
Vitamins	
Vitamin A	20%
Vitamin C	25%
Calcium	10%
*Percent Daily Values are based on a diet of other people's secrets.	
Your daily intake may be higher or lower depending on your needs.	

Alimentación complementaria

Al iniciar alimentación complementaria se toman en cuenta múltiples factores involucrados en el éxito de su buena implementación,

la introducción de nuevos alimentos a la dieta se basa, en el desarrollo neurológico

Entre los siete y ocho meses se deben cambiar la consistencia de los alimentos, pasando de blandos a picados y trozos sólidos

Durante los seis meses su capacidad gástrica aumenta gradualmente, lo que permite ingerir mayor cantidad de alimentos.

En el proceso de nutrición implica la interacción entre diferentes sistemas del cuerpo humano: digestivo, neurológico, renal e inmunológico

lactantes menores de cuatro meses expulsan los alimentos con la lengua, "reflejo de protrusión";

El protagonista principal de la nutrición en el niño es el tracto gastrointestinal,

Los primeros alimentos introducidos son cereales y legumbres

La evolución y adaptación establecerá recomendaciones para la introducción segura de diferentes alimentos de acuerdo al momento de maduración biológica del lactante

después de esa edad pueden recibir y mantener los alimentos en la boca con mayor facilidad

aproximadamente a los cuatro meses de vida, el tracto gastrointestinal desarrolla mecanismos funcionales, que le permiten metabolizar alimentos

La alimentación complementaria inicia a partir de los seis meses de vida

BIBLIOGRAFIA:

UNIVERSIDAD DEL SURESTE.2024.ANTOLOGÍA DE
NUTRICIÓN EN INFANCIA Y ADOLESCENCIA.PDF