



**Nombre de alumno: Karla Daniela Pinto Lara.**

**Nombre del profesor: Julibeth Martinez  
Guillen**

**Nombre del trabajo: Mapa conceptual.**

**Materia: Nutrición en infancia y adolescencia**

**Grado: 5to Grupo: A**

**Licenciatura en Nutrición.**

# ALIMENTACIÓN COMPLEMENTARIA

## ¿QUE ES?

proceso por el cual se ofrecen al lactante alimentos sólidos o líquidos distintos de la leche materna o de una fórmula infantil como complemento y no como sustitución de esta.

### FACTORES

- edad
- capacidad de digestión
- habilidades sociales
- medio socioeconómico
- si se cubre el aporte energético

### SISTEMAS

digestivo, neurológico, renal e inmunológico, que desde la vida fetal se encuentran en constante desarrollo evolutivo.

## DESARROLLO NEUROLÓGICO

la introducción de nuevos alimentos a la dieta se basa, en el desarrollo neurológico al momento de decidir iniciar la alimentación complementaria

este proceso el lactante irá perdiendo reflejos primarios como el de extrusión de la lengua

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

## A LOS 6 MESES.

el lactante ha adquirido una serie de habilidades motoras que le permiten sentarse, al mismo tiempo que aparece la deglución voluntaria, que le permite recibir alimentos de texturas blandas

los siete y ocho meses se deben ir modificando gradualmente la consistencia de los alimentos, pasando de blandos a picados y trozos sólidos

los siete y ocho meses se deben ir modificando gradualmente la consistencia de los alimentos, pasando de blandos a picados y trozos sólidos

# ALIMENTACIÓN COMPLEMENTARIA

## DESARROLLO DEL TRACTO DIGESTIVO

Alrededor de los cuatro meses de vida, el tracto gastrointestinal ya ha desarrollado los mecanismos funcionales, que le permiten metabolizar alimentos diferentes a la leche materna y las fórmulas lácteas infantiles

- La capacidad del estómago del recién nacido a término es de 30 mL

la motilidad gastrointestinal ha alcanzado un grado de maduración adecuado, mejorando el tono del esfínter esofágico inferior y la contractilidad antroduodenal, lo que favorece un mejor vaciamiento gástrico, comparado con los meses previos.

## EDAD DE INICIO

En México, la mediana de edad de inicio de alimentación complementaria fue cinco meses.

Desde 2001 la Organización Mundial de la Salud recomendó iniciar la alimentación complementaria a partir de los seis meses de vida

la Sociedad Europea de Gastroenterología, Hepatología y Nutrición Pediátrica del 2008, señalan que el inicio de la alimentación complementaria no debe ser ni antes de las 17 semanas ni después de las 26 semanas de vida

## PERIODOS DE LA ALIMENTACIÓN INFANTIL

Los "Periodos de la Alimentación del Niño" como definió el Comité de Nutrición de la Academia Americana de Pediatría en 1982 son tres

1. Periodo de lactancia
2. Periodo transicional
3. Periodo de adulto modificado

El lactante sano es capaz de una succión efectiva, con reflejo del cierre anatómico de la glotis. Sin embargo la deglución de sólidos es impedida por movimientos de extrusión de la lengua hasta el 4o o 5o mes de vida.

# ALIMENTACIÓN COMPLEMENTARIA

## TIPOS DE ALIMENTACIÓN COMPLEMENTARIA

Existen muchos métodos de alimentación complementaria.

El **BLW** se considera un método que permite al niño aceptar de mejor forma **alimentos** nuevos, ya que no se siente obligado a comer, siendo partícipe y pro tagonista en su autocuidado, fomentando la seguridad en sí mismo.

El método **BLISS** sugiere (de modo similar al BLW) empezar con trozos alargados con forma de dedo, para que el bebé pueda agarrarlos y le sobresalga algo de **alimento** de la mano para poder chupar.

## **Bibliografía:**

**Universidad del Sureste, Antología de  
nutrición en infancia y adolescencia.**

**[https://plataformaeducativauds.com.  
mx/assets/docs/libro/LNU/8e93e2ec32  
533deff3c5eb632ee6f767-LC-  
LNU504%20NUTRICIÓN%20EN%20LA  
%20INFANCIA%20Y%20ADOLESCENCIA  
.pdf.](https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LNU/8e93e2ec32533deff3c5eb632ee6f767-LC-LNU504%20NUTRICIÓN%20EN%20LA%20INFANCIA%20Y%20ADOLESCENCIA.pdf)**

**pag.48-52**