



Nombre del alumno: Cristal Alejandra Hernández Roblero. Materia: Nutrición en la infancia y adolescencia.

Grado y grupo: LNU-5^a

Fecha: 06 de abril del 2024.

Maestra: Julibeth Martínez guillen.

Introducción

Como ya se ha comentado La baja calidad de la alimentación de los niños es la principal causa de la triple carga de malnutrición: 2 de cada 3 niños no reciben una alimentación mínimamente diversificada para un crecimiento y un desarrollo saludables. Sólo 2 de cada 5 lactantes menores de seis meses son alimentados exclusivamente con leche materna, como se recomienda. La lactancia materna podría salvar las vidas de 820.000 niños al año en todo el mundo.

Donde las familias pobres tienden a seleccionar alimentos de baja calidad que cuestan menos. Debido a la pobreza y la exclusión, los niños más desfavorecidos son los que corren mayor riesgo de sufrir todas las formas de malnutrición. Las perturbaciones climáticas, la pérdida de biodiversidad y los daños al agua, el aire y el suelo agravan las perspectivas nutricionales de millones de niños y jóvenes, especialmente entre los pobres.

La nutrición infantil debe ocupar un lugar central en los sistemas alimentarios nacionales: satisfacer las necesidades nutricionales específicas de los niños es crucial para lograr el desarrollo sostenible.

Se deben establecer incentivos financieros para recompensar a quienes se dedican a mejorar la disponibilidad de alimentos saludables y asequibles en los mercados y otros puntos de venta, especialmente en las comunidades de bajos ingresos. A su vez, los desincentivos financieros para los alimentos poco saludables pueden mejorar la alimentación de los niños. Por ejemplo, los impuestos sobre los alimentos y bebidas azucarados pueden ayudar a reducir su consumo.

Para combatir el hambre oculta entre los niños, los jóvenes y las mujeres, las intervenciones como el enriquecimiento de alimentos básicos y complementarios con micronutrientes pueden ser eficaces en función de los costos

En los últimos años, se han ido registrando múltiples incidencias relacionadas con los biberones de vidrio utilizados para la leche materna, tales como la aparición de pequeños cristales dentro de los biberones, biberones en mal estado (rallados, desgastados y con pegamento externo de las etiquetas adhesivas que perduran tras el lavado y esterilizado), y avisos de contaminación de los biberones, por lo cual se busca que en este tipo de espacios el uso de estos sea el correcto en cuanto a calidad e higiene.

Los bancos de leche humana benefician a los recién nacidos prematuros o enfermos graves que se encuentran internados en las áreas críticas del hospital y que por cualquier razón no dispongan de leche suficiente de su propia madre.

La falta de acceso adecuado a los alimentos se agrava con la pérdida de poder adquisitivo de los hogares. De acuerdo con el CONEVAL, entre 2008 y 2010, en un escenario de crisis económica y volatilidad de precios internacionales de alimentos, la única carencia social que aumentó su incidencia fue la alimentaria.

A partir del Decreto por el que se establece el Sistema Nacional para la Cruzada contra el Hambre (SINHAMBRE), a través de la Secretaría de Desarrollo Social se instrumenta el Programa de Comedores Comunitarios, para mejorar las condiciones nutricionales de la población de niños y niñas de 0 a 11 años de edad, mujeres en gestación y lactantes, personas con alguna discapacidad, adultos mayores de 65 años.

La nutrición debe considerarse una inversión estratégica para alcanzar los Objetivos de Desarrollo Sostenible de aquí a 2030. Los entornos alimentarios son cruciales. Cuando los alimentos saludables son asequibles, convenientes y deseables, los niños y las familias toman mejores decisiones alimentarias.

El que descuidemos la alimentación del menor nos puede repercutir con diferentes enfermedades como lo son Obesidad, HTA, Sx metabólico, DM y esto suele suceder debido a la falta de información que se tiene, es por ello que es bueno preguntar he informarnos adecuadamente y así poder priorizar la salud antes que cualquier cosa, una buena alimentación nos permite llevar una vida libre de enfermedades en las que a largo plazo nos favorecerá, evitando enfermedades o situaciones dañinas en nuestra salud.

Se tiene que tener presente los alimentos adecuados para consumo debido a la cantidad de productos poco informantes existentes, como lo son comida chatarra por así decirlo, ya que el etiquetado nos informa sin embargo hacemos caso omiso es por ello que lo mejor que se puede hacer es leer he informarnos y así poder tener presente que es bueno, recomendable y saludable para su consumo

Conclusión

Con este ensayo eh visto lo importante que es la alimentación desde una edad temprana, porque así ayudamos a los niños y jóvenes a tener un futuro mejor donde no haya pobreza y desnutrición.

En donde priorizamos la salud y alimentación adecuada conforme a la edad.

Esto con el fin de evitar enfermedades y llevar un estilo de vida más saludable

Bibliografía

Universidad del sureste, antología de nutrición en la infancia y adolescencia, pdf, 2024.