

NOMBRE DEL ALUMNO:  
SOLIS BONIFAZ ZURISADAI

NOMBRE DEL TEMA:

ALIMENTACION EN LAS DIFERENTES ETAPAS DE LA V.  
PARCIAL:

3er

NOMBRE DE LA MATERIA:

NUTRICION CLINICA

NOMBRE DEL DOCENTE:

JULIBETH MARTINEZ GUILLEN

LICENCIATURA

LIC. EN ENFERMERIA



# ALIMENTACION EN LAS DIFERENTES ETAPAS DE LA VIDA

## 1 EMBARAZO

Una buena nutrición durante las 38 a 40 semanas de un embarazo normal es esencial tanto para la madre como para el niño.

## 2 LACTANCIA

Una mujer necesita decidir si va a amamantar a su bebé antes de que éste nazca. Casi todas las mujeres pueden amamantar; el tamaño de los pechos no es una barrera. La lactancia, la producción y secreción de leche materna con el propósito de alimentar a un bebé, se facilita por medio de la interacción entre varias hormonas después del nacimiento del bebé. La oxitocina y la prolactina instigan el proceso de lactancia.

## 3 ALIMENTACION EN LA INFANCIA

La velocidad de crecimiento disminuye considerablemente después del primer año de vida. En contraste con la habitual triplicación del peso de nacimiento que se produce en los primeros 12 meses, ha de transcurrir 1 año más para que el peso de nacimiento se cuadruplica. Del mismo modo, la altura al nacer aumenta un 50% en el primer año, pero no se duplica

## 4 ALIMENTACION EN LA ADOLESCENCIA

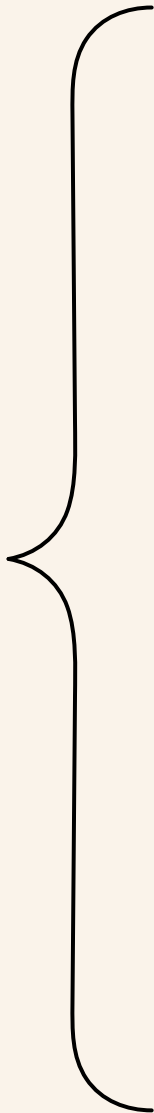
Si bien el comienzo de la transición de una etapa biológica a otra no se puede predecir con exactitud, la adolescencia es una de las etapas de la vida en la que más claramente se puede observar la biopsicosocialidad del individuo; Dicha etapa está conformada por una combinación entre cambios físicos y reajustes emocionales y sociales, que ejercen influencia en los comportamientos relacionados con la salud y la alimentación.

## 5 ALIMENTACION EN LA EDAD ADULTA

La etapa adulta puede dividirse de manera general en tres periodos: etapas adultas joven, media y tardía. La etapa adulta joven es de emoción y exploración. El rango de edad va desde los 18 a los 40 años. Los individuos están animados con planes, deseos y energía a medida que empiezan a buscar y encuentran su camino de vida adulta



**TEMA  
CENTRAL DEL  
PROYECTO**



6

**CLIMATERIO**



Se entiende por climaterio al periodo que precede al cese de la menstruación por razones hormonales hasta los cinco años posteriores a la interrupción del ciclo menstrual. La característica más evidente de este periodo es la disminución en la producción de estrógenos, con lo cual la mujer pierde su protección contra el riesgo de desarrollar enfermedades crónicas como la diabetes, hipertensión u osteoporosis y para fines prácticos su riesgo se torna equiparable al del varón



7

**VEJEZ**



Se acepta de manera general que el envejecimiento se puede clasificar como: a) envejecimiento "usual o normal"; b) envejecimiento exitoso, y c) envejecimiento patológico. El envejecimiento usual o normal se define como un proceso que involucra la disminución de las funciones cognitivas y musculares con una posible pérdida de la autonomía

