



Mi Universidad

ACT. PARCIAL 3

Jeferson Enrique Ogaldes Norio

Act. Parcial 3

Parcial III

Crecimiento y Desarrollo Biológico

Andrés Alonso Cancino García

Licenciatura en Medicina Humana

7mo Semestre

Comitán de Domínguez, Chiapas a 08 de noviembre de 2024

EDAD	Requerimiento Energético	Alimentos Principales	Afecciones Principales
6-24 meses	700 - 800 kcal/día	<ul style="list-style-type: none"> • Verduras/frutas (pure, palillos, trozos) • Derivados de la leche • Derivados animales <ul style="list-style-type: none"> - Pescado - Huevo 	<ul style="list-style-type: none"> • Alergias • Deshidratación • Atragantamiento • Reflujo-Gastroesofágico • Infecciones • Diarrea • Intolerancia a la lactosa
Preescolar y Escolar	<p>Preescolar</p> <ul style="list-style-type: none"> • 80 kcal/kg/día • 800 - 1500 kcal/día • 75 kcal/kg/día • 1500 - 1800 kcal/día <p>1-3 años 2-4 años</p> <p>Escolar</p> <ul style="list-style-type: none"> • 70 kcal/kg/día • 1800 kcal/día 	<p>Preescolar</p> <ul style="list-style-type: none"> • Verduras (verdes oscuras, naranjas, rojas) • Granos • Frutas: cualquier tipo, enteras o poré • Lactos: bajos en grasa • Proteínas: Carnes y aves magras <p>Escolar</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fibra: ↑ Frutas y Verduras • Grasa: productos lácteos bajos en grasa, pescados y aves • Calcio y Vit D: para formación hueso • Líquidos: perigos de act. física. 	<ul style="list-style-type: none"> • Raquitismo • Anemia • Obesidad • Restricción del crecimiento • Marasmo • Kwashiorko • Caries • Mala higiene bucal
<p>(10)</p> <p>10 años / 11/24</p> <p>Adolescentes</p>	<p>Mujeres 10-12 años</p> <ul style="list-style-type: none"> • 57.8 kcal/kg/día (47.1) • 2006 a 2503 kcal/día <p>Hombres</p> <ul style="list-style-type: none"> • 64.6 kcal - 50.3 kcal • 2150 - 3410 kcal/día 	<ul style="list-style-type: none"> • Verduras y frutas • Legumbres (lentejas, garbanos) • Frutos secos • Semillas • Cereales integrales • Huevo • Carne / pescado • Calcio y vitamina D (lacteos, brócoli, almendras, nueces, leche de soja) • Hierro: carne roja magra, pollo, huevo • Vit B12: pescados, mariscos • Vit A, C y D. 	<ul style="list-style-type: none"> • Anorexia • Bulimia • Obesidad • Debilidad muscular • Diarrea • Estreñimiento • Cáncer.

BIBLIOGRAFIA

1. Alimentación complementaria, Asociación Española de Pediatría; introducción de la alimentación complementaria de niño de 6 meses a 24 meses de edad.
2. Adolescencia., Aspectos físicos, psicológicos y sociales., María Inés Hidalgo Vicario; María Jesús Ceñal González Fierro., Hospital de Móstoles, Madrid España