



Cuadro

Joseph Eduardo Cordova Ramirez

Requerimiento nutricional

3er Parcial

Dr. Andrés Alonso Cancino García

Crecimiento y desarrollo

Medicina Humana

7mo Semestre

Grupo C

8 de noviembre del 2024 Comitán de Domínguez Chiapas

Edad	Requerimiento energético	Alimentos Principales	Afectaciones Principales
6 meses 9 24 meses	1300 kcal/día X 13 prot día	Carne, pescado, lácteos, soja, verduras de hoja verde, tubérculos vit C, vit B vit A	Obesidad Diabetes Aterosclerosis Hipertensión
Preescolar x Escolar	1800 kcal/día 19 prot día 2000 kcal 34 prot día	Carne, leche, yogur, nueces, semillas sin sal, cereales	Anemia Pérdida de atención retardo de crecimiento
Adolescente	2500 kcal/día 52 prot 2.200 kcal/día 46 prot	Alimentos altos en hierro, cereales, frutas, verduras, carne, lácteos, mantequilla, legumbres	Déficit de atención obesidad Hipertensión

05/11/2024



Bibliografías.

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