



Mi Universidad

Mapa Conceptual

Nombre del Alumno: América Nahil Espinosa Cruz

Nombre del tema: CRECIMIENTO Y NUTRICIÓN

Parcial: I

Nombre de la Materia: NUTRICION Y ACTIVIDADES PEDIATRICAS

Nombre del profesor: Julibeth Martínez

Nombre de la Licenciatura: Nutrición

Cuatrimestre: 7mo



NECESIDADES NUTRICIONALES DEL NIÑO EN ETAPA PREESCOLAR Y ESCOLAR

La alimentación del lactante y del niño pequeño es fundamental para mejorar la supervivencia infantil y fomentar un crecimiento y desarrollo saludables.



LA OMS Y EL UNICEF RECOMIENDAN:

- Inicio inmediato de la lactancia materna en la primera hora de vida
- Lactancia exclusivamente materna durante los primeros seis meses de vida
- Introducción de alimentos complementarios seguros y nutricionalmente adecuados a partir de los seis meses, continuando la lactancia materna hasta los dos años o más

Recomendaciones Nutricionales etapa preescolar:



Consuman una variedad de frutas, verduras, cereales, alimentos proteicos y productos lácteos y alternativas a la soja fortificada

Recomendaciones Nutricionales etapa escolar:



Necesitan alimentos saludables y bocadillos nutritivos. Tienen una tasa de crecimiento constante pero lenta y usualmente comen cuatro o cinco veces al día (incluidos bocadillos). Durante este tiempo, se forman muchos hábitos alimenticios, gustos y aversiones

