

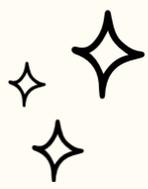


# Unidad 2

**Nutricion del  
lactate, niño y  
adolescente**



Alumno: Damian Alexander Garcia Velasco  
Docente: Andrea Solis

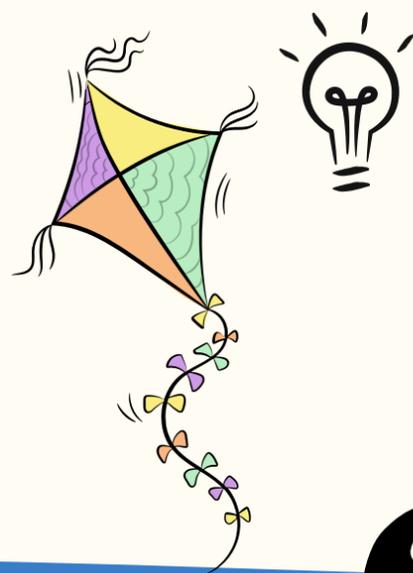


# NUTRICION DEL LACTANTE

1

## LACTANCIA MATERNA

Es un termino usado en forma genérica papara señalar alimentación del recién nacido y lactante, a través del seno materno



2

Ventajas:  
protección inmunológica  
alergias  
económica  
reduce mortalidad y morbilidad  
relación madre e hijo

3

## CLASIFICACIÓN

Lactancia exclusiva:  
alimentación del niño con leche materna, sin agregar otro tipo de liquido o solido, con fines nutricionales



4

Lactancia sustancial o casi exclusiva:  
alimentación del seno materno, brinda agua o te entre las tetadas

5

## LACTANCIA ALTA, MEDIA O BAJA

Alta: Cuado el 80% del total de tetadas son con el seno materno

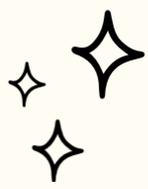


6

Media: Se da seno materno entre el 20% y 79% de las tetas

Baja: Se da seno materno en menos del 20% de las tetadas





# NUTRICION DEL LACTANTE

1

## CALOSTRO

Líquido viscoso color amarillo  
Las glándulas mamarias segregan durante los 3 o 4 días después del nacimiento  
Esta compuesto por agua, proteínas, minerales, es rico en azúcar, bajo en calorías y en grasa



2

### Ventajas:

Alta capacidad protectora de padecer enfermedades colitis, Infecciones gastrointestinales, neumonía, infecciones respiratorias  
Promueve o estimula un adecuado desarrollo de los mecanismos de deglución y masticación

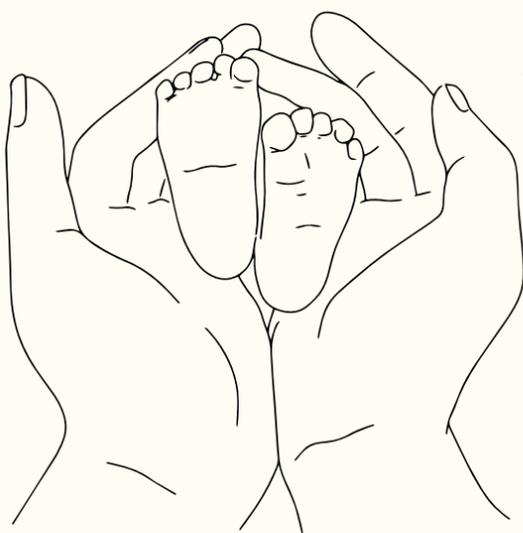


3

## POSICIONES PARA AMAMANTAR

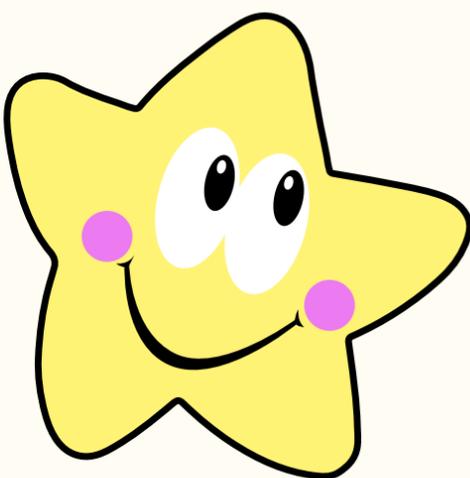
Sentado clásico

Delante de la mama con la cabeza apoyada en el pliegue del codo panza con panza, el niño descansa en el antebrazo materno mientras as cerca este la mama y el bebe hay mas posibilidad de que el bebe tenga dentro de la boca el pezon y la mayor parte de la areola



4

De sandia o pelota de futbol la mama puede estar sentada ya sea en la cama, en una silla o en un sillón  
el cuerpo del bebe pase por debajo de la axila materna



5

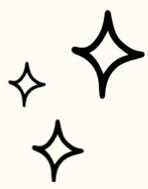
Los pies del bebe en dirección opuestas a los de la madre sostiene con su mano tanta la cadera como la cabeza del bebe permite alimentar a recién nacidos prematuros y es útil para las madres que han tenido su niño por cesarí



## FÓRMULAS PARA PREMATUROS

El niño prematuros se caracteriza por tener una reserva muy escasa de nutrientes, unos requerimientos elevados de energía, agua y elementos nutricional es y serias alteraciones por inmadurez





# NUTRICION DEL LACTANTE

**1**

**CONTENIDO PROTEICO**

Cafeína  
40%  
proteína que se encuentra en la leche



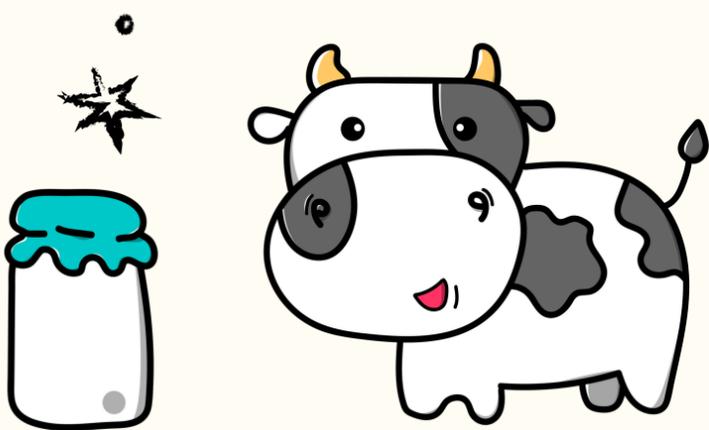
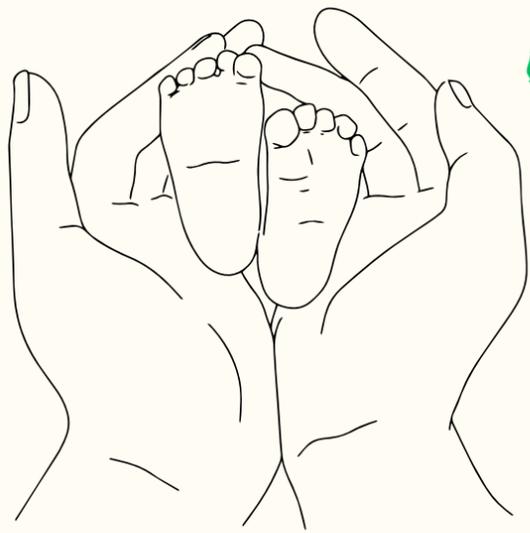
**2**

Seroproteína  
60%  
proteínas de suero de leche (aminoácidos)  
Taurina  
aminoácido que se encuentra en el cuerpo humano y en algunos alimentos

**3**

Polimeros de glucosa se sustituye 50% de lactosa moléculas que se forman al unir varias moléculas de glucosa entre si. La deficiencia y vulnerabilidad de la lactasa intestinal

Lípidos  
grasas vegetales, triglicéridos de cadena media (MCT) y grasa láctea



**4**

**FÓRMULA SIN LACTOSA**

Contiene dextrinomaltoza o polímeros de glucosa como CH  
Intervienen en: la adsorción del calcio de la leche, la actividad de la microflora intestinal y la absorción de agua y sodio

**5**

**FORMULAS MODIFICADAS EN CH**

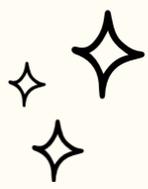
Sin lactosa y de bajo contenido en lactosa  
Estas formulas deben mantenerse de forma pasajera  
En niños mayores de 2 años, la leche no es un alimento esencial



**6**

**FORMULAS PARA PROBLEMAS MENORES**

Antiestreñimiento  
Anticólico  
Antirregurgitación  
Son formulas artificiales con pequeñas modificaciones en su composición



# NUTRICION DEL LACTANTE

## 1 FÓRMULA HIDROLISADAS

Se clasifican, dependiendo del grado de hidrolisis de las proteínas (rompe los enlaces peptídicos de las prot. Para obtener aminoácidos libres)

1



Formulas de alto grado de hidrolisis o extensivamente hidrolizadas  
Formulas de bajo grado de hidrolisis o parcialmente hidrolizadas  
Fórmula llamadas semielementales (DSE)

2

3

## 3 FORMULAS SEMIELEMENTALES (DSE)

Están indicadas fundamentalmente cuando existe patología digestiva o riesgo de padecerla



4

Tratamiento de los niños con intolerancia-enteropatía por proteína de la leche de vaca (PLV) especialmente en niños menores de 6 meses  
Tratamiento de la malnutrición grave secundaria a diferentes patologías

5

## 5 FORMULAS DE ALTO GRADO DE HIDROLISIS

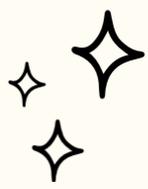
Tratamiento de niños con alergia-intolerancia a la PLV, en los que no existe mala absorción ni desnutrición, por lo que no es necesario modificar el contenido de CH y lípidos de la fórmula



6

Tratamiento de prueba, durante 2-3 semanas, en niños con cólicos de lactante severos, Podrían utilizarse también las DSE



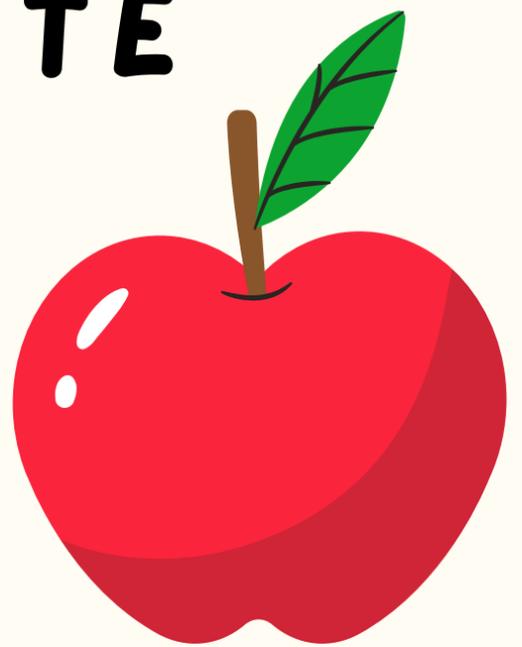


# NUTRICION DEL LACTANTE

## 1 ALIMENTACIÓN COMPLEMENTARIA

0-6 meses  
Lactancia materna exclusiva  
A libre demanda

1

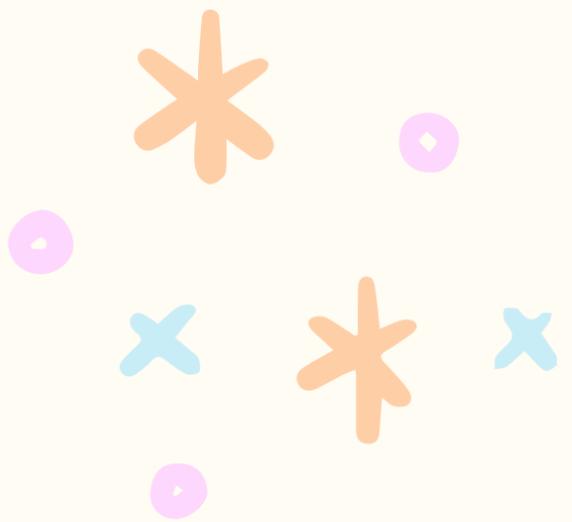


2

6-6 meses  
carne, verduras y frutas  
cereales  
puré o papillas  
2-3 veces al día

3

7-8 meses  
Leguminosas  
puré, picados,  
machacados  
3 veces al día



4

8-12 meses  
Derivados de la leche  
huevo y pescado  
picados finos, trocitos  
3-4 veces al día



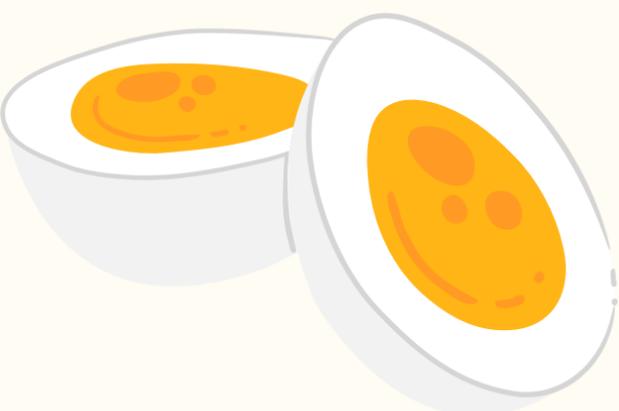
5

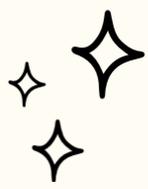
12 meses en adelante  
Frutas citrinas, leche entera, dieta familiar  
4-5 veces al día con trancitos pequeños



6

**Cómo ofrecer los alimentos**  
Se recomienda aumentar progresivamente la consistencia de los alimentos y comenzar con texturas grumosas y semisólidas lo antes posible, nunca más tarde de los 8-9 meses.  
A los 12 meses, el lactante ya puede incorporarse a la mesa y consumir el mismo tipo de alimentos que el resto de la familia, aunque teniendo mucho cuidado con los sólidos con riesgo de atragantamiento, como los frutos secos enteros, la manzana o la zanahoria cruda, que deberían evitarse.





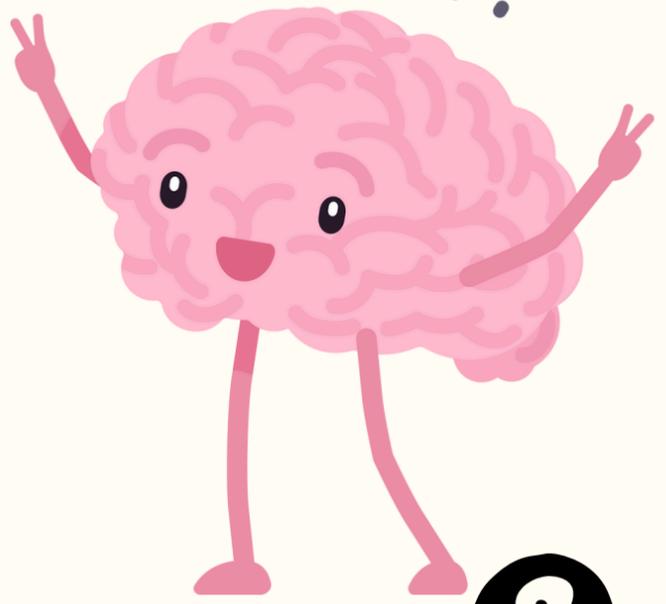
# NUTRICION DEL LACTANTE



## 1 ALIMENTACIÓN DEL LACTANTE Y EL NIÑO SANO. REQUERIMIENTOS Y RECOMENDACIONES

1

El alimento es esencial para que los bebés reciban la energía y los nutrientes necesarios para su salud. La leche materna es la mejor opción, ya que proporciona todas las vitaminas y minerales necesarios, pero las fórmulas están disponibles para quienes no pueden o eligen no amamantar.



2

Este problema debe abordarse en todas las etapas de la vida infantil, priorizando las necesidades nutricionales dentro de los sistemas alimentarios, salud, agua, saneamiento, educación y protección social.



3

El retraso en el crecimiento refleja un desarrollo deficiente y es un indicio de privaciones pasadas, además de un predictor de pobreza futura.



4

La emaciación, que puede ser fatal, afecta principalmente a niños en Asia, no solo en emergencias. La "hambre oculta", como las deficiencias de vitaminas y minerales, afecta tanto a niños como a mujeres, impactando el aprendizaje infantil y aumentando los riesgos de mortalidad materna.



5

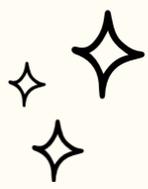
El sobrepeso infantil puede conducir a enfermedades como la diabetes tipo 2 y problemas emocionales, y es un factor importante para la obesidad en la adultez.



6

La malnutrición afecta principalmente a los niños de los sectores más pobres, perpetuando el ciclo de la pobreza





# NUTRICION DEL LACTANTE



1

## ADOLESCENTE

La adolescencia es una etapa clave en el desarrollo de una persona, ya que se experimentan cambios físicos, emocionales y psicológicos importantes. Durante esta fase, la alimentación tiene un papel crucial en el desarrollo físico y mental

2

## REQUERIMIENTOS NUTRICIONALES

- Durante la adolescencia, el cuerpo experimenta un rápido crecimiento, lo que aumenta las necesidades de energía y nutrientes.
- Se necesitan cantidades adecuadas de proteínas, carbohidratos, grasas saludables, vitaminas y minerales para asegurar un desarrollo óptimo.



3

## DESARROLLO ÓSEO

El calcio y la vitamina D son fundamentales para fortalecer los huesos. Los lácteos, el tofu, las verduras de hojas verdes y el pescado son buenas fuentes de estos nutrientes.



4

## HIDRATACIÓN

El consumo adecuado de agua es esencial, ya que la deshidratación puede afectar la concentración y el rendimiento físico. Se recomienda beber suficiente agua a lo largo del día, especialmente en actividades físicas.



5

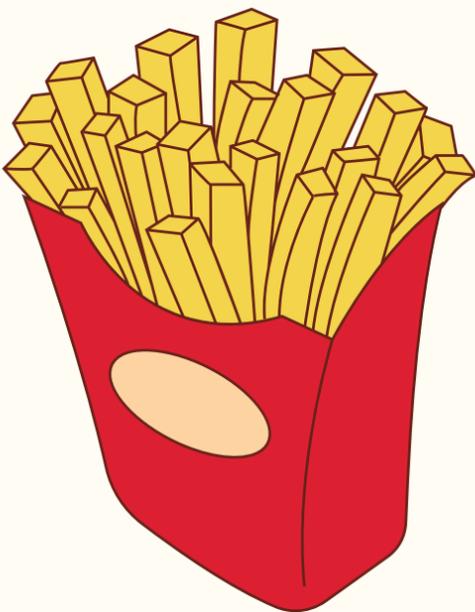
## EDUCACIÓN NUTRICIONAL Y HÁBITOS SALUDABLES

En esta etapa, los adolescentes empiezan a tomar decisiones alimenticias más autónomas, por lo que es fundamental brindarles educación sobre cómo tomar decisiones saludables, leer etiquetas y elegir alimentos balanceados.



6

Es importante enseñar a los adolescentes a comer conscientemente y a evitar el consumo excesivo de alimentos procesados, azúcares añadidos, fritos y bebidas azucaradas, que pueden contribuir a problemas como la obesidad, diabetes y enfermedades cardiovasculares.



## **Bibliografía**

antología de la universidad del sureste  
edición 2024 nutrición en la infancia y  
adolescencia

García Velasco Damián Alexander  
apuntes realizados en clase edición  
2025 periodo febrero-abril clase  
nutrición en la infancia y adolescencia