



Mi Universidad

Ensayo

Nombre del Alumno: Wendy Jocelin Jiménez

1er Parcial

Materia: Nutrición en la infancia y adolescencia

Nombre del profesor: LNU. Andrea Solis Meza

Licenciatura en nutrición

5to Cuatrimestre

El crecimiento y desarrollo de los niños son procesos complejos que están influenciados por factores biológicos, psicológicos y sociales. La comprensión de estas etapas es crucial para garantizar un desarrollo óptimo y prevenir posibles alteraciones. La infancia o niñez es un término amplio aplicado a los seres humanos que se encuentran en fases de desarrollo comprendidas entre el nacimiento y la adolescencia o pubertad. Legalmente, el término puede referirse a cualquier persona menor de edad o a algún otro límite de edad. El concepto de "niño normal" se refiere a un menor que presenta un desarrollo físico, emocional y cognitivo acorde con los estándares establecidos para su edad y contexto. Aunque cada niño es único, existen pautas generales que definen lo esperado en diferentes ámbitos, como el peso, la talla, las habilidades motoras y el desarrollo emocional. Un niño normal no solo crece en lo físico, sino que también adquiere competencias sociales, cognitivas y lingüísticas de forma progresiva.

La infancia se divide en etapas clave que representan hitos significativos en el desarrollo del niño:

- **Recién nacido (0-28 días):** Es un periodo de adaptación desde el ambiente intrauterino al extrauterino, caracterizado por reflejos primitivos como el de succión y prensión.
- **Lactante (1 mes-2 años):** Se observa un crecimiento rápido y el desarrollo de habilidades motoras gruesas y finas.
- **Primera infancia (2-6 años):** Esta etapa incluye el desarrollo del lenguaje, la socialización y la consolidación de habilidades motoras.
- **Edad escolar (6-12 años):** Los niños desarrollan pensamiento lógico y habilidades sociales más complejas.
- **Adolescencia (12-18 años):** Es un periodo de transición hacia la adultez con cambios significativos en el ámbito biológico, cognitivo y emocional.

El desarrollo psicomotor implica los cambios en las habilidades motrices, cognitivas, emocionales y sociales del niño, desde el periodo fetal hasta la adolescencia. El término suele limitarse por consenso a los primeros dos años de vida. Aunque en muchas ocasiones nos referimos al término maduración y desarrollo de forma similar, no hay que olvidar que la

maduración es el proceso genéticamente determinado, que implica la organización gradual de las estructuras neurales, mientras que el desarrollo se refiere al incremento y perfeccionamiento de las habilidades funcionales. El aparato digestivo infantil presenta diferencias significativas respecto al de los adultos, reflejando su estado de desarrollo:

- **Estructuras bucales:** En los recién nacidos, la lengua y el reflejo de succión están adaptados para la lactancia.
- **Esófago:** Presenta un esfínter esofágico inferior inmaduro, lo que explica la regurgitación frecuente.
- **Estómago:** Tiene una capacidad limitada al nacer que aumenta progresivamente.
- **Intestino:** Su peristaltismo es más lento y la microbiota intestinal está en formación.

La maduración gastrointestinal es un proceso crítico que permite al niño digerir y absorber nutrientes de manera eficiente. Incluye:

- **Desarrollo de enzimas digestivas:** Al nacer, las enzimas como la lactasa están activas, mientras que otras se desarrollan posteriormente.
- **Aumento de la motilidad:** Mejora con la maduración del sistema nervioso entérico.
- **Maduración inmunológica:** Permite al sistema digestivo responder a antígenos y evitar infecciones.
- **Establecimiento de la microbiota intestinal:** Influye en la salud inmunológica y metabólica del niño.

El desarrollo integral del niño es un proceso multifacético que abarca aspectos neurológicos, físicos y funcionales. La comprensión de las etapas de la vida infantil, el desarrollo neurológico y la maduración del aparato digestivo es fundamental para fomentar un crecimiento saludable. Estos conocimientos son esenciales no solo para profesionales de la salud, sino también para padres y cuidadores, quienes desempeñan un papel clave en la promoción del bienestar infantil.

Universidad del sureste.2024.Antología de nutrición en la infancia y adolescencia.pdf
<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LNU/4100534e953f780695f9cda8f9c1c66b-LC->

LNU504%20NUTRICI%C3%93N%20EN%20LA%20INFANCIA%20Y%20ADOLESCEN
CIA.pdf