

PORTADA

NUTRICION EN

INFANCIA Y

ADOLECENCIA

Nombre de la maestra:

-Andrea Marisol Solís Meza

Nombre de la alumna:

-Jazmin Alejandra Aguilar Hernández

ACTIVIDAD PLATAFORMA

UNIDAD 1

LICENCIATURA EN NUTRICION

5TO. CUATRIMESTRE



El niño normal

El concepto de niño normal se refiere a aquel que sigue un desarrollo físico, emocional, cognitivo y social dentro de los parámetros esperados para su edad. Sin embargo, es importante reconocer que cada niño tiene su propio ritmo de crecimiento y aprendizaje.

Características del Niño Normal

1. Desarrollo físico – Crecimiento acorde con su edad, peso y talla adecuados, motricidad en evolución.
2. Desarrollo cognitivo – Adquisición de lenguaje, memoria, pensamiento lógico y resolución de problemas.
3. Desarrollo emocional – Capacidad de expresar emociones, establecer vínculos afectivos y adaptarse al entorno.
4. Desarrollo social – Relación con otros niños y adultos, aprendizaje de normas y valores.

Etapas de la vida infantil

El desarrollo infantil se divide en varias etapas, cada una con características específicas en el crecimiento físico, cognitivo, emocional y social:

1. Recién nacido (0 a 28 días)
 - Adaptación al entorno fuera del útero.
 - Reflejos primitivos (succión, agarre, Moro).
 - Responde a estímulos sensoriales (sonidos, luz, tacto).
2. Lactante (1 mes a 2 años)
 - Rápido crecimiento físico y desarrollo motor.
 - Inicio del balbuceo y primeras palabras.
 - Apego a los cuidadores y primeras interacciones sociales.
3. Primera infancia (2 a 6 años)
 - Desarrollo del lenguaje y pensamiento simbólico.
 - Mayor independencia en movimientos y actividades.
 - Socialización con otros niños y aprendizaje de normas.
4. Segunda infancia (6 a 12 años)
 - Crecimiento más pausado pero continuo.
 - Desarrollo del pensamiento lógico y habilidades académicas.
 - Mayor autonomía y establecimiento de relaciones sociales más complejas.

Cada etapa es fundamental en la formación del niño y requiere estimulación adecuada para un desarrollo integral en todos los aspectos de su vida.

Desarrollo neurológico

El desarrollo neurológico es el proceso de maduración del sistema nervioso desde la gestación hasta la infancia. Implica la formación del cerebro, la adquisición de habilidades motoras, cognitivas y emocionales.

Etapas :

1. Prenatal: Formación del cerebro y conexiones neuronales.
2. Neonatal (0-1 mes): Reflejos primitivos y respuesta a estímulos.

3. Lactancia (1 mes-2 años): Rápido crecimiento cerebral, inicio del lenguaje y control motor.
4. Primera infancia (2-6 años): Desarrollo del pensamiento, memoria y socialización.
5. Segunda infancia (6-12 años): Pensamiento lógico, aprendizaje escolar y control emocional.

Factores como la genética, la estimulación y la nutrición influyen en su adecuado desarrollo.

Anatomía y Fisiología del Aparato Digestivo Infantil

El aparato digestivo infantil tiene la misma estructura que el de un adulto, pero con diferencias en tamaño, madurez y funcionalidad. Su desarrollo continúa después del nacimiento, adaptándose gradualmente a la digestión de alimentos sólidos.

Anatomía del Aparato Digestivo Infantil

1. Boca
 - Contiene las glándulas salivales, que producen saliva para iniciar la digestión de carbohidratos con la amilasa salival.
 - En los recién nacidos, la succión y deglución están coordinadas para la lactancia.
2. Faringe y Esófago
 - La faringe dirige el alimento hacia el esófago.
 - El esfínter esofágico inferior es inmaduro en los bebés, facilitando el reflujo gastroesofágico común en la lactancia.
3. Estómago
 - Capacidad reducida al nacer (aprox. 30-90 ml).
 - Produce ácido clorhídrico y pepsina en menor cantidad, lo que limita la digestión de proteínas al principio.
 - La leche materna contiene enzimas que facilitan la digestión.
4. Intestino Delgado
 - Formado por duodeno, yeyuno e íleon, donde ocurre la mayor absorción de nutrientes.
 - La lactasa, enzima que digiere la lactosa, está presente en altos niveles al nacer y disminuye con el crecimiento en algunos niños.
5. Hígado y Páncreas
 - El hígado es grande en los recién nacidos y juega un papel crucial en el metabolismo de bilirrubina.
 - El páncreas produce enzimas digestivas en menor cantidad al inicio, madurando progresivamente.
6. Intestino Grueso
 - Absorbe agua y electrolitos, formando las heces.
 - La flora intestinal se desarrolla desde el nacimiento y es esencial para la digestión y el sistema inmunológico.
7. Recto y Ano
 - Control de esfínteres inmaduro al nacer, logrando continencia alrededor de los 2-3 años.

Fisiología del Aparato Digestivo Infantil

- Digestión y absorción: En recién nacidos, la leche materna es el alimento ideal, ya que sus componentes son fáciles de digerir y absorber.
- Motilidad intestinal: Es más rápida que en adultos, lo que explica la mayor frecuencia de evacuaciones en lactantes.

- **Enzimas digestivas:** Se desarrollan progresivamente; la amilasa pancreática es baja al nacer, por lo que los cereales no se recomiendan antes de los 6 meses.
- **Sistema inmunológico digestivo:** La leche materna aporta anticuerpos y prebióticos que protegen contra infecciones.

El aparato digestivo infantil madura progresivamente, adaptándose a la ingesta de alimentos sólidos y a la diversificación de la dieta.

Maduración Gastrointestinal

La maduración gastrointestinal es el proceso por el cual el sistema digestivo del bebé desarrolla su capacidad para digerir, absorber nutrientes y regular sus funciones. Este proceso ocurre desde la gestación hasta los primeros años de vida.

Etapas de la Maduración Gastrointestinal

1. **Etapa Prenatal**
 - Formación del tubo digestivo entre la 3ª y 4ª semana de gestación.
 - Desarrollo de órganos digestivos (estómago, intestinos, hígado, páncreas).
 - Producción temprana de enzimas digestivas.
2. **Nacimiento y Etapa Neonatal (0-1 mes)**
 - Inmadurez del esfínter esofágico inferior, favoreciendo el reflujo gastroesofágico.
 - Digestión limitada de grasas, proteínas y carbohidratos debido a la baja producción de enzimas.
 - Intestino altamente permeable, facilitando la absorción de anticuerpos de la leche materna.
 - Microbiota intestinal en desarrollo, esencial para la digestión y la inmunidad.
3. **Lactante (1 mes - 2 años)**
 - Maduración progresiva de la motilidad intestinal, reduciendo el reflujo.
 - Aumento en la producción de enzimas digestivas (amilasa, lipasa, proteasas).
 - Desarrollo del hígado y páncreas, mejorando el metabolismo de nutrientes.
 - Introducción gradual de alimentos sólidos a partir de los 6 meses.
4. **Infancia (2-6 años)**
 - Sistema digestivo casi completamente desarrollado.
 - Mayor capacidad de digestión y absorción de alimentos variados.
 - Microbiota intestinal estabilizada, favoreciendo la inmunidad y la digestión.

Factores que Influyen en la Maduración Gastrointestinal

- **Lactancia materna:** Favorece la maduración intestinal y fortalece la microbiota.
- **Nutrición:** Introducción progresiva de alimentos facilita el desarrollo enzimático.
- **Genética:** Influye en la velocidad y eficiencia del proceso.
- **Ambiente:** Factores como infecciones pueden afectar la maduración del sistema digestivo.

Conclusión

El desarrollo infantil es un proceso complejo que abarca aspectos físicos, neurológicos, emocionales, sociales y digestivos. Un niño normal sigue un crecimiento dentro de parámetros esperados, aunque cada uno tiene su propio ritmo de desarrollo.

El desarrollo neurológico es clave para la adquisición de habilidades motoras, cognitivas y emocionales, influenciado por factores genéticos y ambientales. De manera paralela, la maduración del aparato digestivo permite la transición de la alimentación líquida a una dieta sólida, asegurando una adecuada absorción de nutrientes esenciales para el crecimiento.

Cada etapa del desarrollo infantil tiene características específicas que requieren atención y estimulación adecuadas. La nutrición, el ambiente y la interacción social juegan un papel fundamental en la salud y bienestar del niño. En conclusión, un desarrollo integral y equilibrado es esencial para que el niño alcance su máximo potencial en todos los aspectos de su vida.