



## UNIVERSIDAD DEL SURESTE



## Nutrición en la infancia y adolescencia

Unidad 1



LN. Jhoanna Leal López

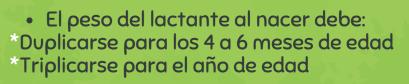
21 de Enero de 2025







- Crecimiento mas lento
- Disminución del apetito
- Incremento de habilidades motoras gruesas y finas
- Exploración del entorno





- Comienzan a caminar solos
- Huesos se mineralizan mas
- Desaparece la "grasa de bebe"
- A los 15 meses empiezan a subir las escaleras
- A los 30 meses avanzan por las escaleras alternando los pies • La circunferencia de cabeza alcanza los dos tercios de su tamaño adulto



IMPORTANCIA DE LA LACTANCIA MATERNA EXCLUSIVA (LME)

En el segundo año el aumento de peso es solo de 1.8 a 2.7 kg y la estatura aumenta 10cm.



La LME es importante porque proporciona los nutrientes necesarios para el crecimiento y desarrollo del bebé. Además, ayuda a prevenir enfermedades como la obesidad, la diabetes, la leucemia y el síndrome de muerte súbita infantil.

> La introducción de alimentos complementarios o ablactación permite que el bebé se acostumbre a otros sabores y texturas y que desarrolle su flora bacteriana intestinal, que es importante para la digestión.