



## Nutrición infantil saludable

**Sku:** CURUSJONL0053\_V2

**Horas:** 45

**Formato:** HTML

### OBJETIVOS

- Conocer las bases alimentarias del lactante: lactancia materna, suplementos artificiales, introducción de la alimentación complementaria.
- Controlar el crecimiento y estado nutricional del niño sano.
- Conocer las bases clínicas de las enfermedades alimentarias del niño: alergias, diarrea, estreñimiento, celíacos.
- Evaluar el origen primario o secundario de la malnutrición, tanto por defecto (desnutrición) como por exceso (obesidad).
- Realizar la correcta atención sanitaria en los tratamientos aplicados a la malnutrición.
- Establecer la dieta alimentaria correcta y los hábitos de vida saludables para controlar el crecimiento y desarrollo en las diferentes etapas: lactante, niño, adolescente.
- Desarrollar la actitud de soporte y educación al paciente hacia el seguimiento de una dieta y de unos hábitos saludables.

### CONTENIDOS

- **Introducción**
  - Introducción.
  - Autores y centros.
- **Tema I: Desarrollo del niño de 0 a 12 meses**
  - Introducción.
  - Resumen del desarrollo del niño en el primer año de vida.
  - Cronología promedio de la dentición.
  - Evolución de la talla y peso del niño.
  - Necesidades nutricionales del lactante.
  - Resumen.
  - Autoevaluación.

- **Tema II: Alimentación del niño de 0 a 4 meses**

- Lactancia materna.
  - Producción de la leche materna.
  - Ventajas para la madre y el recién nacido.
  - Desventajas para la madre y el recién nacido.
  - ¿Cuándo se aconseja la interrupción de la lactancia materna?.
  - Técnica paso a paso para dar el pecho.
  - Consejos prácticos para facilitar las primeras tetadas.
  - Problemas derivados de complicaciones con los pechos.
  - Tomas del lactante.
  - Diferencias en la composición de la leche materna y la de vaca.
  - Extracción y conservación de la leche materna.
- Lactancia con biberón.
- Alimentación combinada.
- Posibles problemas alimentarios que pueden afectar al lactante.
- Planificación del destete.
- Resumen.
- Autoevaluación.

- **Tema III: Alimentación del niño de 4 a 6 meses**

- Alimentación del niño de 4 a 6 meses.
- Resumen.
- Autoevaluación.

- **Tema IV: Alimentación del niño de 6 a 11 meses**

- Alimentación del niño de 6 a 11 meses.
- Menú ejemplo de una semana para bebés de 6 a 11 meses.
- Resumen.
- Autoevaluación.

- **Tema V: Alimentación del niño de 10 a 12 meses**

- Introducción.
- Alimentación de los lactantes vegetarianos.
- Mención a los potitos o tarritos para bebés preparados industrialmente.
- Resumen.
- Autoevaluación.

- **Tema VI: Desarrollo del niño de 12 meses a 6 años**

- Introducción.
- Resumen del desarrollo del niño a partir del año de vida.
- Evolución de la talla y el peso del niño de 12 meses a 6 años.
- Necesidades nutricionales del niño de 12 meses a 6 años.
- Resumen.

- Autoevaluación.
  
  - **Tema VII: Alimentación del niño de 12 a 18 meses**
    - Alimentación del niño de 12 a 18 meses.
    - Resumen.
    - Autoevaluación.
  
  - **Tema VIII: Alimentación del niño de 18 a 24 meses**
    - Alimentación del niño de 18 a 24 meses.
    - Resumen.
    - Autoevaluación.
  
  - **Tema IX: Alimentación del niño de 2 a 3 años**
    - Alimentación del niño de 2 a 3 años.
    - Resumen.
    - Autoevaluación.
  
  - **Tema X: Alimentación del niño en la etapa escolar**
    - Alimentación del niño en la etapa escolar.
      - Recomendaciones dietéticas para los menús diarios de niños en edad escolar.
    - Resumen.
    - Autoevaluación.
  
  - **Tema XI: Alimentación equilibrada**
    - Alimentos imprescindibles para un buen crecimiento.
    - ¿Qué bebida es la más indicada durante la infancia?.
    - ¿Qué nutrientes aporta una alimentación equilibrada?.
    - Consejos para evitar la pérdida de vitaminas en la preparación de alimentos.
    - ¿Cuándo son útiles los complementos alimenticios?.
    - Resumen.
    - Autoevaluación.
  
  - **Tema XII: Alimentación del niño en situaciones especiales**
    - Alimentación vegetariana durante la infancia.
    - Nociones básicas para el diagnóstico y el tratamiento de la anemia ferropénica durante la infancia.
    - Alimentación en el niño deportista.
    - Alimentación del niño con sobrepeso y obesidad.
    - Alimentación del niño diabético.
    - Intolerancias y alergias alimentarias.
      - Enfermedad celíaca.
-

- Intolerancia a la lactosa.
- Alergias alimentarias.
- Tratamiento dietético en la diarrea.
- Tratamiento dietético en el estreñimiento.
- Tratamiento dietético en caso de vómitos.
- Resumen.
- Autoevaluación.