



# Nutrición y Alimentación Infantil

## Modalidad:

e-learning con una duración 56 horas

## Objetivos:

Profundizar en las necesidades nutricionales del niño y el valor energético de los alimentos así como en las diferentes etapas alimentarias: lactancia, relectancia, biberón, etc.

## Contenidos:

### UNIDAD DIDÁCTICA 1. NUTRICIÓN DURANTE EL EMBARAZO.

Cambios fisiológicos durante el embarazo.  
Necesidades nutricionales en el embarazo.  
Pautas para alimentarse bien.  
Problemas asociados al bajo peso de la embarazada.  
Problemas asociados a la obesidad de la embarazada.  
Patologías gestacionales relacionadas con la dieta.  
Otras consideraciones alimentarias.  
Productos o alimentos que deben evitarse durante el embarazo.

### UNIDAD DIDÁCTICA 2. ¿CÓMO DEBO ALIMENTARME DESPUÉS DEL PARTO?

Recomendaciones para después del parto.  
Alimentación durante la lactancia.  
Alimentos necesarios.

### UNIDAD DIDÁCTICA 3. LACTANCIA MATERNA.

El puerperio.  
Necesidades nutricionales en la lactancia.  
La lactancia.



Tipos de lactancia.  
Dificultades con la lactancia.  
Posición para la lactancia.  
Duración y frecuencia en las tomas.  
Lactancia materna a demanda.  
Relactancia.  
Medicamentos.

#### UNIDAD DIDÁCTICA 4. NUTRICIÓN DEL BEBÉ DURANTE EL PRIMER AÑO DE VIDA.

Evolución de la alimentación.  
Consejos para la alimentación del bebé.  
Alimentos que conviene evitar en la alimentación del bebé.  
Comparación de la leche materna con la leche vaca.  
Biberón.  
El calostro.  
Horario.

#### UNIDAD DIDÁCTICA 5. NECESIDADES NUTRICIONALES DE LOS NIÑOS.

La energía.  
Proteínas.  
Hidratos de carbono.  
Las grasas.  
Vitaminas.  
Minerales.