



## Alimentación durante la infancia desde el primer día /

Lama More, Rosa A.,  
editor

Monografía

Este libro está dirigido a pediatras en formación y pediatras en general. En él exponemos las características de maduración funcional que ayudan a entender las diferencias en la alimentación durante las diversas etapas de la infancia y, teniendo en cuenta que hay etapas con periodos críticos, en los que una carencia nutricional puede producir daños irreversibles en el crecimiento y maduración de los diferentes órganos del sistema, hemos considerado necesario abordarlo desde el día de la fecundación. Lo interesante es que este libro forma parte de un proyecto amplio, el Proyecto Mamillas y Papillas que cuenta con una página web ([www.aprendiendoacomer.com.es](http://www.aprendiendoacomer.com.es)) orientada a las familias y que tiene como objetivo apoyar a los que cuidan la alimentación de los niños, con las recetas y recomendaciones de un profesor de cocina. En la época de crianza de los niños, los padres son jóvenes y requieren dedicar mucho tiempo a la actividad laboral, pero es una época importantísima para establecer buenos hábitos de ingesta que tendrán repercusión a largo plazo en la salud del individuo y de la sociedad. Esta web contiene un blog en el que los autores del libro publican información extraída del mismo y de interés para las familias

<https://rebiunoda.pro.baratznet.cloud:38443/OpacDiscovery/public/catalog/detail/b2FpOmNlbGVicmF0aW9uOmVzLmJhcmF0ei5yZW4vMzI5NDYxOTE>

**Título:** Alimentación durante la infancia desde el primer día Editora: Rosa A. Lama More

**Editorial:** Majadahonda (Madrid) Ergon [2022] 2022

**Descripción física:** 434 páginas ilustraciones 24 cm

**Contenido:** I. CONCEPTOS GENERALES SOBRE ALIMENTACIÓN 1. Importancia de los alimentos para cubrir las necesidades de nutrientes durante la infancia. 3 Ana Bergua Martínez, Elena Borregón Rivilla 2. Importancia de los elementos no nutricionales de los alimentos: agua, fibra y aditivos 13 María Cánovas García, Pedro Andrés Cortés Mora 3. Alimentos funcionales 23 Agustín de la Mano Hernández 4. La grasa en alimentación infantil 33 Ana María Pizarro Ruiz, Juan José Benavente García 5. La leche en la alimentación infantil 43 Lucía Fornieles Pérez, Rafael Galera Martínez 6. Influencia de los procedimientos culinarios en el valor nutritivo de los alimentos. Planificación, preparación y conservación de alimentos. 51 Héctor Ruiz Bartolomé, Alfredo Gil Martínez 7. Influencia de la alimentación infantil en la edad adulta. 59 Rosa A. Lama More II. ALIMENTACIÓN EN LOS PRIMEROS 1.000 DÍAS DE VIDA 8. Nutrición durante los primeros 1.000 días: desde el inicio del embarazo hasta el segundo año 67 Rosa A. Lama More II.1. Alimentación en los primeros 270 días de vida 9. Nutrición en el embarazo. Conceptos generales. 75 Loyola García-Atance García, María Cruz González Álvarez 10. Cambios metabólicos en las diferentes etapas del embarazo. Complicaciones fetales asociadas a una mala alimentación 79 Eduardo Abreu Griego, María Cruz González Álvarez 11. Objetivos de los cuidados nutricionales en el embarazo. 85 Begoña Arriaga Borrageiros, María Cruz González Álvarez 12. Riesgos metabólicos durante la

gestación 89 Juan José Velacoracho Pérez, María Cruz González Álvarez 13. Requerimientos nutricionales durante la gestación. Prevención de déficits. 95 María Cruz González Álvarez 14. Alteraciones metabólicas en la madre y su repercusión en el niño 103 Blanca Paredes Ros, María de Pedro de Cárdenas 15. Nutrición durante el puerperio y la lactancia 111 María Cruz González Álvarez 16. Dietas veganas y vegetarianas durante el embarazo 115 María Cruz González Álvarez, Estefanía Parejo Laudicina 17. Ejercicio físico y consumo de sustancias insalubres durante la gestación y la lactancia 123 Estefanía Parejo Laudicina, María Cruz González Álvarez 18. Técnicas de preparación de alimentos adecuados para la mujer gestante 129 Alfredo Gil Martínez, Héctor Ruiz Bartolomé II.2. Alimentación en los primeros 365 días de vida extra 19. Maduración del tracto gastrointestinal en el primer año. Implantación de la microflora 141 Rosa A. Lama More 20. Características de la alimentación en el recién nacido a término. 151 Laura Escartín Madurga 21. Características de la alimentación durante el periodo neonatal. Recién nacido con desnutrición intrauterina 159 Laura Escartín Madurga 22. Características de la alimentación durante el periodo neonatal y al alta en el recién nacido prematuro 167 Laura Escartín Madurga 23. Lactancia materna 177 Rafael Galera Martínez 24. Lactancia artificial 183 Enrique la Orden Izquierdo 25. Fórmulas actuales para la alimentación artificial del lactante sano: aditivos, suplementación. Variaciones en los macronutrientes 189 Enrique la Orden Izquierdo 26. Alimentación complementaria. Cronología de la diversificación. 195 Ignacio Ros Arnal 27. Tipo de alimentos propuestos en la alimentación complementaria. 201 Ignacio Ros Arnal 28. Desarrollo psicomotor en el primer año de vida y su relación con la ingesta. 205 María del Carmen Rivero de la Rosa, Paola Díaz Borrego 29. Baby-led Weaning 211 Ana Bergua Martínez 30. Alteraciones alimentarias durante el primer año de vida 217 Ignacio Ros Arnal 31. Trastornos funcionales gastrointestinales del lactante 223 María del Carmen Reventós Martínez, Pedro Andrés Cortés Mora II.3. Alimentación durante los segundos 365 días 32. Características funcionales y desarrollo ponderoestatural en el segundo año. 233 Rosa A. Lama More 33. Desarrollo psicomotor en el segundo año de vida y su relación con la ingesta 239 María del Carmen Rivero de la Rosa, Paola Díaz Borrego 34. Desarrollo de la dentición en los dos primeros años de vida y su funcionalidad. 245 José Miguel Martínez de Zabarte Fernández 35. Alimentos y su contenido en nutrientes para las necesidades en el segundo año 255 Encarnación López Ruzafa, Marta Tejón Fernández PARTE III. ALIMENTACIÓN DURANTE LA SEGUNDA INFANCIA (2-6 AÑOS) 36. Desarrollo psicomotor en el niño de dos a seis años y su relación con la ingesta 265 María del Carmen Rivero de la Rosa, Paola Díaz Borrego 37. Relevancia de la actividad física en la edad preescolar 271 Rosa A. Lama More 38. Alimentos y su contenido en nutrientes para las necesidades de la segunda infancia (2-6 años) 279 Elena Borregón Rivilla, Ana Bergua Martínez 39. Dietas nutricionalmente adecuadas para la edad preescolar adaptadas a su grado de maduración. Parte I. Características de la alimentación en edad preescolar. 287 Rosa A. Lama More, Paula Amuchastegui Lehr 40. Dietas nutricionalmente adecuadas para la edad preescolar adaptadas a su grado de maduración. Parte II. Riesgo de obesidad 293 Rosa A. Lama More, Paula Amuchastegui Lehr 41. Alteraciones de la conducta alimentaria durante la segunda infancia. 299 José Miguel Martínez de Zabarte Fernández, Ignacio Ros Arnal PARTE IV. ALIMENTACIÓN DURANTE LA ETAPA ESCOLAR (6-12 AÑOS) 42. Características del desarrollo y maduración física y psicológica en la edad escolar 311 Rosa A. Lama More 43. Alimentos y su contenido en nutrientes para conseguir aportes adecuados en la edad escolar entre 6-9 años 317 Encarnación López Ruzafa, Marta Tejón Fernández 44. Alimentos y su contenido en nutrientes para conseguir aportes adecuados en la edad escolar entre 9-12 años 325 Encarnación López Ruzafa, Marta Tejón Fernández 45. Alimentación y actividad física aumentada en la edad escolar. 333 José Miguel Martínez de Zabarte Fernández 46. Alimentación en los comedores escolares 341 José David Andrade Guerrero, Ana Moráis López PARTE V. ALIMENTACIÓN EN EL ADOLESCENTE 47. Características psíquicas, físicas y sociales del adolescente 351 Rosa A. Lama More 48. Actividad física en los adolescentes 359 Ana María Pizarro Ruiz, Juan José Benavente García 49. Cobertura de los nutrientes necesarios durante el estirón o spurt puberal (12-15 años). Propuestas adecuadas de alimentación a esta edad 369 Héctor Ruiz Bartolomé 50. Cobertura de los nutrientes necesarios en la adolescencia. Fase post estirón puberal 377 Marta Tejón Fernández 51. Hábitos alimentarios del adolescente. Factores de riesgo nutricional. 385 Ana María Pizarro Ruiz, Juan José Benavente García 52. Trastornos de la conducta alimentaria en la adolescencia . 395 Ana María Pizarro Ruiz, Juan José Benavente García PARTE VI. ALIMENTACIÓN EN SITUACIONES ESPECIALES 53. Nutrición en el adolescente deportista 407 Begoña Molina Baena 54. Alimentación para la obesidad y el síndrome metabólico. 419 Lucía Gavilán Santos, Rafael Galera Martínez 55 Dietas basadas en plantas 429 Ana Moráis López, Elena Borregón Rivilla

**Copyright/Depósito Legal:** M 20490-2022, Oficina Depósito Legal Madrid

**ISBN:** 9788419230195

**Materia:** Niños- Alimentación

**Autores:** Lama More, Rosa A., editor

---

**Baratz Innovación Documental**

- Gran Vía, 59 28013 Madrid
- (+34) 91 456 03 60
- [informa@baratz.es](mailto:informa@baratz.es)