

[Inicio](#) > Desarrollo del bebé mes a mes, durante su primer año de vida

Share this Artículo

X

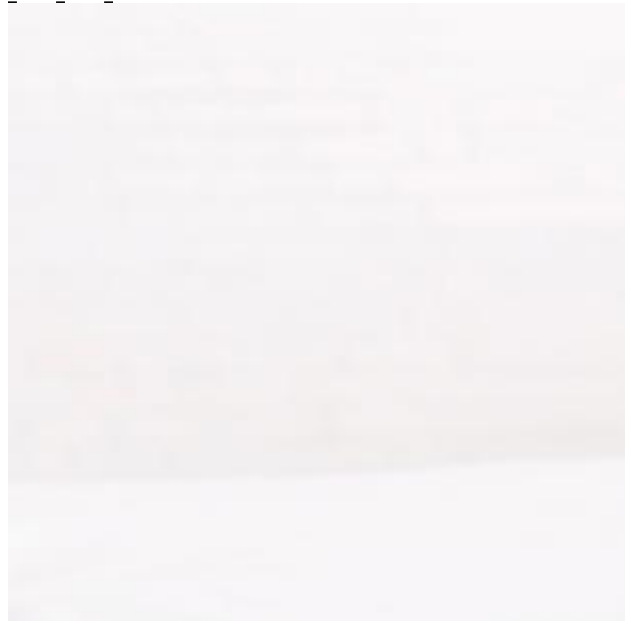


Desarrollo del bebé mes a mes, durante su primer año de vida

Desarrollo del bebé mes a mes durante su primer año

<https://www.babyandme.nestle.co/desarrollo-del-bebe-mes-mes-durante-su-p...> [1]

_ [2] _ [3] _ [4]



Desarrollo del bebé mes a mes, durante su primer año de vida

(0 Comentarios)

- ^[5]
- [Imprimir](#) ^[1]
- [Compartir](#)

Desarrollo del bebé mes a mes hasta cumplir 1 año

El desarrollo del bebé mes a mes hace referencia a los cambios que presenta un pequeño tanto de manera física como neurológica, cognitiva, social y de comportamiento, aumentando la capacidad para realizar funciones cada vez más complejas en estos ámbitos.



es a

Durante el primer año, se presenta una de las etapas de mayor velocidad de crecimiento, se triplica el peso del nacimiento y se obtiene un 50 % más de la talla, por lo que va relacionado con el desarrollo del bebe mes a mes.

Para ambos, el papel que juega la alimentación es clave, el aporte de energía y nutrientes adecuados en cantidad y calidad harán que ese desarrollo del bebé mes a mes, sea la base para un estado de salud óptimo para etapas de la vida posteriores.

Tambien puedes leer: [Actividad física desde pequeño](#) ^[6]

¿Cuáles nutrientes son claves para un óptimo desarrollo?

La leche materna aporta toda esta energía y nutrientes cuando los bebés son alimentados de manera exclusiva con ella durante los primeros seis meses de vida. A partir de esta edad, se comienza con la alimentación complementaria, en donde ambas continuarán aportando estos nutrientes necesarios para el normal crecimiento y desarrollo del pequeño.

Algunos de los nutrientes clave en esta etapa son:

Proteínas: la calidad de las proteínas de la leche materna es mejor, contiene alfa lactoalbúmina que la hace más homogénea, de mejor digestión y absorción, con menor riesgo de presentar alergia alimentaria.

En cantidad es mucho menor si se compara con la leche entera de vaca, pero ésta es suficiente para cubrir los requerimientos nutricionales. Estudios han mostrado los riesgos de cantidades excesivas de proteínas en los niños menores de un año en relación con sobrepeso y obesidad en años posteriores.

Ácidos grasos de cadena larga: Tienen varias funciones en el organismo, principalmente relacionadas sobre la fluidez de membrana celular, la permeabilidad para el intercambio de metabolitos, la actividad de los enzimas y receptores; la maduración de estructuras relacionadas con la visión y una función óptima de la retina; con un óptimo desarrollo del sistema nervioso central y neurológico; con la modulación de la absorción de distintos nutrientes a nivel intestinal; influencia en la consistencia de las heces de los lactantes; con la modulación de la respuesta inmunológica en el lactante.

Hierro: La leche materna cubre el requerimiento de hierro durante los primeros seis meses de vida, a partir de ahí el inicio de la alimentación complementaria es clave para el aporte de alimentos fuentes de este micronutriente y disminuir los riesgos de presentar anemia.

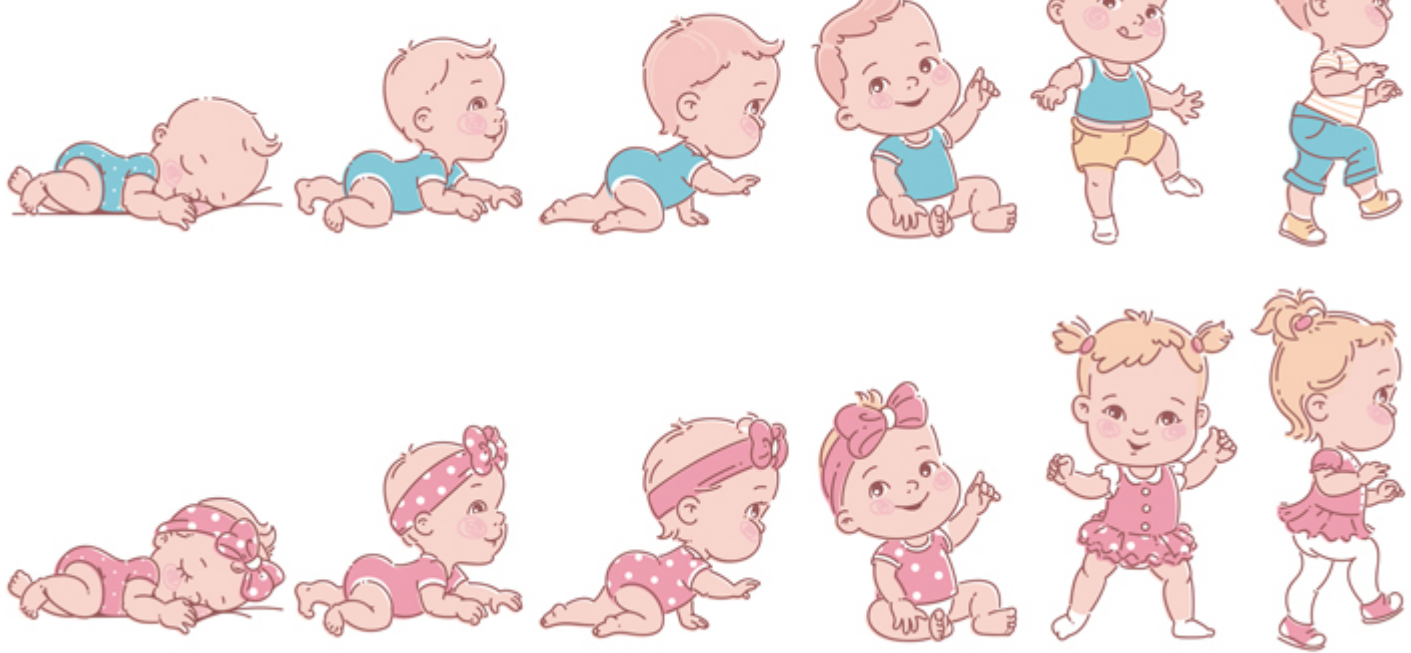
En la Encuesta Nacional de la Situación Nutricional de Colombia (ENSIN 2015) [7], se encontró que el 62,5 % de los niños menores de un año y el 35,6 % de los lactantes de un año tenían anemia. En cuanto a la deficiencia de hierro, para el 2015 se observó que el 23,7 % de los lactantes de 1 año y el 14,8 % de los niños y niñas de 1 a 4 años tenían deficiencia de hierro.

Los niños menores de 2 años son vulnerables a la anemia por déficit de hierro; esta afecta el crecimiento, el desarrollo cognitivo, psicomotor y provoca un menor desempeño en las áreas social y emocional, con consecuencias que pueden manifestarse a lo largo de las diferentes etapas de la vida.

Zinc: Es un nutriente esencial en el crecimiento y desarrollo de los bebés. Es uno de los micronutrientes más abundantes en el organismo y tiene varias funciones, entre ellas hacer parte de muchas enzimas para que se lleven a cabo múltiples procesos metabólicos que permiten el desarrollo neurológico y de otras áreas del organismo.

Tiene un efecto sobre la inmunidad del niño, por lo que una baja ingesta puede poner en riesgo la salud presentando diarrea, afecciones respiratorias y otras infecciones.

Características en el desarrollo del bebé mes a mes durante su primer año de vida



La Organización Mundial de la Salud (OMS) [8], con la presentación de los estándares de crecimiento en 2006, publicó los 6 hitos del desarrollo motor en los bebés hasta los 18 meses. Pero hay que tener en cuenta que el desarrollo no solo es físico, sino también cognitivo, social y emocional, por lo que la tabla # 1 resume como se puede hacer una evaluación macro del desarrollo infantil durante el primer año de edad.

Parámetros a tener en cuenta en la evaluación del desarrollo de un bebé menor de un año

[baby_and_me_infografia_hitos_del_desarrollo_1.pdf](#) [10]

También puedes leer: [Los estímulos durante la primera infancia](#) [11]

[Leer más](#) [12]

URL de origen: <https://www.babyandme.nestle.co/desarrollo-del-bebe-mes-mes-durante-su-primer-ano-de-vida>

Enlaces

[1] <https://www.babyandme.nestle.co/desarrollo-del-bebe-mes-mes-durante-su-primer-ano-de-vida>

[2] https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.babyandme.nestle.co/desarrollo-del-bebe-mes-mes-durante-su-primer-ano-de-vida&media=https://www.babyandme.nestle.co/sites/default/files/styles/thumbnail/public/field/image/baby-and-me_banner_bebe-sonriendo-sobre-la-cama_1400x450.jpg&description=Desarrollo del bebé mes a mes, durante su primer año de vida

[3] <https://twitter.com/share?text=Desarrollo%20del%20beb%C3%A9%20mes%20a%20mes%2C%20durante%20su%20primer%20a%C3%B1o%20de%20vida>

[4] <https://www.facebook.com/sharer/sharer.php?u=https://www.babyandme.nestle.co/desarrollo-del-bebe-mes-mes-durante-su-primer-ano-de-vida>

[5] <https://www.babyandme.nestle.co/printpdf/233111>

[6] <https://www.babyandme.nestle.co/actividad-fisica-desde-pequeno>

- [7] <https://www.icbf.gov.co/bienestar/nutricion/encuesta-nacional-situacion-nutricional#ensin3>
- [8] https://www.who.int/docs/default-source/child-growth/child-growth-standards/indicators/motor-development-milestones/who-motor-development-study-windows-of-achievement-for-six-gross-motor-development-milestones.pdf?sfvrsn=3425c1dc_0
- [9] <https://www.babyandme.nestle.co/files/babyandmeinfografiahitosdeldesarrollo1pdf-1>
- [10] https://www.babyandme.nestle.co/sites/default/files/baby_and_me_infografia_hitos_del_desarrollo_1_1.pdf
- [11] <https://www.babyandme.nestle.co/los-estimulos-durante-la-primera-infancia>
- [12] <https://www.babyandme.nestle.co/javascript%3A%3B>