Creciendo sanos

lo que debes saber sobre la malnutrición infantil

Autores

Itzayana Astaiza Ramos, Stephanie Carolina Realpe López, Diana Paola Ortiz Tobar, Sara Catalina Burbano Timaran, Angie Vanessa Casanova Tapia, Luz Elida Vera Hernández, Ana Cristina Chávez López, Johan Esteban Botina Portillo

Sinopsis

Esta cartilla aborda la malnutrición infantil y sus principales manifestaciones, tanto por déficit como por exceso. Explica qué es la desnutrición, por qué sucede, cómo identificar sus signos físicos y cuáles son sus efectos en la salud, el desarrollo, el aprendizaje y el rendimiento académico.También presenta orientaciones para mejorar la malnutrición por déficit, con recomendaciones sobre lactancia materna, consumo de proteínas, carbohidratos, grasas, vitaminas, minerales, agua y alimentos saludables. Incluye planificación de menús y ejemplos de alimentación para diferentes momentos del día.La obra aborda asimismo el sobrepeso y la obesidad infantil, sus causas, signos físicos, consecuencias médicas y psicosociales, y sus efectos en la vida escolar. Finalmente, ofrece consejos nutricionales, recomendaciones de actividad física y ejercicios dirigidos a niños, con el propósito de promover hábitos saludables y contribuir a su bienestar.



E-Book

Año de publicación: 2025

Presentación: PDF (Digital: descarga y online)

Tamaño: 13.73 Megabytes (MB)

Número absoluto de páginas: 44 Páginas

IA

Sobre el autor

Itzayana Astaiza Ramos

2026 © Sistema Integrado de Metadata Estandarizada desarrollado por Hipertexto - Netizen

SR

Stephanie Carolina Realpe López

DO

Diana Paola Ortiz Tobar

SB

Sara Catalina Burbano Timaran

AC

Angie Vanessa Casanova Tapia



Palabras clave

Malnutrición infantil; Desnutrición; Sobrepeso; Obesidad infantil; Lactancia materna; Alimentación saludable; Actividad física; Desarrollo infantil; Salud infantil

2026 © Sistema Integrado de Metadata Estandarizada desarrollado por Hipertexto - Netizen



Luz Elida Vera Hernández

Directora Editorial UNIMAR lvera@umariana.edu.coLicenciada en Lengua Castellana y Literatura. Magíster en Etnoliteratura. Correctora de estilo y poetisa. Actualmente Directora de la Editorial UNIMAR de la Universidad Mariana, editora de libros, revistas científicas y académicas y boletines informativos.

AC

Ana Cristina Chávez López

JB

Johan Esteban Botina Portillo

2026 © Sistema Integrado de Metadata Estandarizada desarrollado por Hipertexto - Netizen