

## RECURSOS WEB SOBRE ALIMENTACIÓN LACTANTE Y CORTA EDAD

**Puede acceder al contenido de esta página entrando en la Biblioteca de la página web de la AMPap (Asociación Madrileña de Pediatría de Atención Primaria) en la sección HOJAS INFORMATIVAS PARA LAS FAMILIAS**

**A través del enlace: <http://www.ampap.es/biblioteca/protocolos-gastrosur/>**

**O copiando el enlace acertado en su navegador: <https://bit.ly/2CN1AiY>**

### I . -WEBS DE SALUD

- **Familia y Salud.** Página web de la AEPap (Asociación Española de Pediatría de Atención Primaria) (<http://www.familiaysalud.es/>)
  - a. [SECCIÓN CRECEMOS](#) >> [Ver alimentación en cada grupo de edad.](#)
  - b. [SECCIÓN VIVIMOS SANOS](#) >> [Alimentación](#)
    - i. [Lactancia artificial: fórmulas infantiles](#)
    - ii. [Alimentación complementaria](#)
    - iii. [Los alimentos](#)
    - iv. [Vamos a comer bien](#)
    - v. [Situaciones especiales](#)
- **En Familia.** Página web de la AEP (Asociación Española de Pediatría) <https://enfamilia.aeped.es/>
  - a. SECCIÓN EDADES Y ETAPAS >> [El niño de 1 a 2 años](#)
  - b. SECCIÓN VIDA SANA >> [Alimentación](#)
- **Web Faros del Hospital Infantil Sant Joan de Déu** >> [Nutrición](#)
- **Web Dieta Mediterránea:** <https://dietamediterranea.com/>

### II.- GUÍAS

- ["Recomendaciones de la AEP sobre alimentación complementaria"](#) Elaborado por **Comité de nutrición de la AEP** Fecha del documento: 9 de noviembre de 2018
- ["Alimentación infantil". Comunidad de Madrid.](#) Información de 6 a 12 meses y de 1 a 3 años. Menús de ejemplo. Información de la frecuencia de alimentos recomendada
- [Recomendaciones Dietético Nutricionales de la Comunidad de Madrid](#)
- ["Recomendaciones para la alimentación en la primera infancia \(de 0 a 3 años\)"](#) . Agencia de Salud Pública de la **Generalitat de Catalunya**
- [Ventana abierta a la familia.](#) **Junta de Andalucía**
- [Comer sano.](#) Salud.Navarra
- **Guías oficiales de Alimentación en otros países**
  - **Rumanía-** [www.cnsmf.ro](http://www.cnsmf.ro) >> [Guía de Prevención 2016.](#) El sexto volumen de la Guía (nutrición, crecimiento y desarrollo en niños: 0-2 años nutrición, crecimiento y trastornos del desarrollo)
  - **Colombia-** [www.minsalud.gov.co](http://www.minsalud.gov.co) . [Lactancia Materna y Nutrición](#) >> [Alimentación complementaria](#)
  - **República Dominicana-** [www.msp.gob.do](http://www.msp.gob.do)  
>> PDF [Pilón de la Alimentación y Nutrición República Dominicana](#)
  - **Ecuador-** [www.salud.gob.ec](http://www.salud.gob.ec). Biblioteca Promoción en Salud  
>> PDF [Nutrición en Salud](#)
  - **Marruecos. Guía de Nutrición de Marruecos:**  
>> PDF [royaume du maroc - Ministère de la Santé](#)
  - **Israel. Ministerio de Sanidad:** Feeding the Baby in the First Year. [Guidelines for Infant Nutrition from Birth till Age One Year.](#)

### III.- Recetas

#### [Familia y salud](#)

- [Cocinando en familia](#)
- [¿Qué comemos mañana?](#) Ejemplos de menús semanales, nutricionalmente

equilibrados y con productos de temporada.

- [Recetas de familia](#) Recetas de cocina tradicional, saludables, apetecibles y fáciles de elaborar. Para disfrutar con la cocina y comiendo en familia.

[Pequerecetas](#) Las recetas corren a cargo de chefs de reconocido prestigio. A ellas les sumamos los comentarios nutricionales, que son elaborados por Iván Carabaño Aguado.

[Blogs de recetas saludables:](#)

[Una pediatra en la cocina](#)

[El blog de Sílvia Romero](#)

[5 al día](#)

#### IV.- Blogs

##### -Blogs de Pediatras:

[Mi pediatra vegetariano](#). Información nutricional para familias sobre dietas vegetarianas y veganas. de Miriam Martínez Biarge, médico pediatra.

**Gabi Ruíz:** <https://pediatragabiruiz.com/>

**Carlos Casabona:** <http://www.tueligesloquecomes.com/>

**Pepe Serrano:** <http://pediatria-pepe.blogspot.com.es/>

**MamaPituPediatra:** <https://m.facebook.com/mamaPitu/>

##### -Blogs de dietistas-nutricionistas:

[Julio Basulto](#)

[Juan Revenga](#). El nutricionista de la General

**Aitor Sánchez:** <https://www.midietacojea.com/>

**Catalina Prieto y Joan Carles Montero:**

<https://24zanahorias.wordpress.com/2015/12/04/desayunos-ymeriendas-que-cambian-el-dia/>

**Natalia Moragues:** <http://nataliamoragues.com/>

##### -Blogs de divulgación sobre alimentación:

**Web de salud Selección de información nutricional fiable**

<https://miwebdesalud.com/busca-informacion-nutricional-fiable/>

[5 al día](#)

**José L. López Nicolás:** <http://scientiablog.com/sobre-mi/>

**Blogs de L. Jiménez:** <http://loquedicelacienciaparadelgazar.blogspot.com.es/>

y <http://elcentinel.blogspot.com.es/>

**Miguel Ángel Lurueña:** <http://www.gominolasdepetroleo.com/>

#### V.- Otros recursos o documentos importantes

**Documentos del Comité de Nutrición de la AEP (Asociación Española de Pediatría):**

<https://www.aeped.es/comite-nutricion>

**Decálogo sobre las leches de crecimiento en el niño pequeño.** Descarga PDF:

<https://www.aeped.es/sites/default/files/documentos/decalogo-lechesdecrecimiento.pdf>

[Acabar con la obesidad infantil](#) (OMS)

**Plato de Harvard**

Porciones: [http://www.firststepsnutrition.org/pdfs/Good\\_food\\_choices\\_and\\_portion\\_sizes%201-4\\_for\\_web.pdf](http://www.firststepsnutrition.org/pdfs/Good_food_choices_and_portion_sizes%201-4_for_web.pdf)

**Sociedad Española de Gastroenterología, Hepatología y Nutrición Pediátrica:**

**[SEGHP Documentos SEGHP >> Manual de Conceptos Básicos en Alimentación](#)**

**[GASTRONUTRI](#)**. Grupo de Trabajo de Gastroenterología y Nutrición Pediátrica de la AEpap (Asociación Española de Pediatría de Atención Primaria).

Healthy children de la Academia Americana de Pediatría. [Nutrición](#) (En español).

**[GIKids](#)** (en inglés): elaborado por la North American Society for Pediatric Gastroenterology, Hepatology and Nutrition (NASPGHAN)

**[Nutri-kids](#)**