

TABELLE DEI FABBISOGNI IN ETÀ PEDIATRICA

Fabbisogni nutrizionali per l'età

età	acqua ml/kg/die	kcal/kg		protidi g/kg/die	% cal	glicidi g/kg/die	% cal	lipidi g/kg/die	% cal
lattanti									
0-3 m.	80-160	116		2,20	8	12	42	6	50
3-6 m.	130-160	99		1,86	8	10	43	5	49
6-9 m.	125-155	95		2,33	10	10	42	5	48
9-12 m.	120-145	101		2,12	9	10	43	5	48
bambini									
		<u>maschi</u>	<u>femmine</u>						
1	120-135	105	107	1,76	7	16	63	3,5	30
2	115-125	104	102	1,70	7	16	63	3,4	30
3		100	96	1,59	7	15	63	3,2	30
4	100-110	96	92	1,56	7	14,5	63	3,1	30
5		92	88	1,50	7	14	63	3	30
6	90-100	88	83	1,54	8	13	62	2,8	30
7		83	77	1,53	8	12	62	2,7	30
8		78	69	1,51	8	11	62	2,45	30
9		73	62	1,50	9	10	61	2,2	30
10	70-85	66	57	1,52	10	9,5	60	2	30
adolescenti									
11		61	52	1,49	10	8,7	60	1,9	30
12		56	48	1,47	11	8	60	1,7	29
13		54	44	1,44	12	7,6	60	1,6	28
14	50-60	50	42	1,51	13	7	60	1,5	27
15		47	40	1,34	12	6,7	60	1,45	28
16		45	39	1,27	12	6,5	60	1,46	28
17		44	39	1,23	12	6,5	60	1,39	28
18	40-50	45	40	1,11	10	6,5	60	1,4	30

Fabbisogni proteici

Prematuri e neonati a termine	2,0-2,5 g/kg/die
Lattanti	2,5-3,0 “
Bambini	1,5-2,5 “
Adulti	1,0-1,5 “

Valore biologico degli aminoacidi

Isoleucina	
Leucina	
Lisina	
Metionina	Essenziali in tutte le situazioni
Fenilalanina	
Treonina	
Triptofano	
Valina	
Tirosina	Essenziale per i neonati
Cisteina	Essenziale per il prematuro Necessaria per prevenire disordini epatici e necessaria per il mantenimento
Cistina	dei livelli plasmatici normali di cistina nell'adulto
Istidina	Essenziale in pediatria e per gli uremici.
Taurina	Essenziale per il prematuro
Glicina	Necessaria per i neonati
Arginina	Necessaria per l'ottimale utilizzo delle miscele aminoacidiche e come detossificante
Alanina	
Acido glutammico	Necessari per l'ottimale utilizzo delle miscele aminoacidiche
Prolina	
Acido aspartico	Sorgenti di azoto non specifiche
Serina	
Glutammina	
Asparagina	Prodotte in vivo non sono indispensabili nella nutrizione endovenosa

Fabbisogni di aminoacidi essenziali in età diverse (mg/kg/die)

<u>AMINOACIDI</u>	<u>LATTANTI</u>	<u>BAMBINI</u>	<u>RAGAZZI</u>
Istidina	28	?	?
Isoleucina	70	31	30
Leucina	161	73	45
Lisina	103	64	60
Metionina + cistina	58	27	27
Fenilalanina + tirosina	125	69	27
Treonina	87	37	35
Triptofano	17	12,5	4
Valina	93	38	33

Ripartizione dell'acqua nell'organismo umano in rapporto all'età.

compartimento acquoso	% di peso corporeo		
	uomo	donna	neonato
acqua endovascolare	5	4	5
acqua interstiziale	15	14	22
acqua intracellulare	40	36	48
totale	60	54	75

Fabbisogno idrico nei primi giorni di vita

<u>Giorno di vita</u>	<u>Pretermine</u>	<u>A termine</u>
I	60-70 ml/kg	70 ml/kg
II	80-90 “	70 “
III	100-110 “	80 “
IV	120-140 “	80 “
V	125-150 “	90-100 “
2-3-4 settimane	150-200 “	120-150 “

Fabbisogno idrico in rapporto alla superficie corporea e al peso corporeo

In base alla superficie corporea: 1500-1800 ml/m²/die

In base al peso corporeo:

1-10 kg	100 ml/kg/di
11-20 kg	1000 ml + 50 ml/kg per ogni kg al di sopra dei 10 kg
> 20 kg	1500 ml + 20 ml/kg per ogni kg al di sopra dei 20 kg

Valori minimi di diuresi oraria in rapporto al peso corporeo

diuresi normale:

0,5 - 0,75 ml/kg/ora

peso corporeo

diuresi minima

1-10 kg	0,5-5 ml/ora
11-20 kg	5,5-10 ml/ora
21-50 kg	10,5-25 ml/ora
>50 kg	>25 ml/ora

Apporti giornalieri consigliati di elettroliti e minerali

SODIO	2-4 mEq/kg
POTASSIO	2-3 mEq/kg
CLORO	2-3 mEq/kg
MAGNESIO	0,25-0,5 mEq/kg
CALCIO GLUCONATO	100-500 mg/kg
FOSFORO	1-2 mMol/kg

Razioni giornaliere raccomandate di Oligoelementi

(con alimentazione naturale ed in assenza di situazioni morbose)

<i>età</i>	<i>Fe</i>	<i>Zn</i>	<i>I</i>	<i>Cu</i>	<i>Mn</i>	<i>Cr</i>	<i>Mo</i>	<i>F</i>
mesi 0-6	10	3	40	0,5-0,7	0,5-0,7	0,01-0,04	0,03-0,06	0,1-0,5
6-12	15	5	50	0,7-1,0	0,7-1,0	0,02-0,06	0,04-0,08	0,2-1,0
anni 1-3	15	10	70	1,0-1,5	1,0-1,5	0,02-0,08	0,05-0,10	0,5-1,5
4-6	10	10	90	1,5-2,0	1,5-2,0	0,03-0,12	0,05-0,15	1,0-2,5
7-10	10	10	120	2,0-2,5	2,0-3,0	0,05-0,20	0,10-0,30	1,5-2,5
11-14	18	15	150	2,0-3,0	2,5-5,0	0,05-0,20	0,15-0,50	1,5-2,5
adulti	10	15	150	2,0-3,0	2,5-5,0	0,05-0,20	0,15-0,50	1,5-4,0

Nota: tutti i valori sono espressi in mg ad eccezione dello Iodio che è espresso in µg

Apporti vitaminici medi suggeriti per i neonati

<u>Vitamina</u>	<u>Fabbisogni giornalieri</u>	<u>Fabbisogni settimanali</u>
K	0,5 mg	1-5 mg
D	250 U.I.	1800 U.I.
A	1000 U.I.	7000 U.I.
E	1.3 mg	8 mg
C	35-50 mg	245-350 mg
B ₁	0,2-1,2 mg	1,4-8,4 mg
B ₂	0,6 - 1,4 mg	4,2-9,8 mg
B ₃	5-17 mg	35-119 mg
B ₆	0,6 - 1 mg	7 mg
B ₅	2-5 mg	14-35 mg
B ₁₂	0,5-1 µg	3,5-7 µg
B ₈	20-35 µg	140-245 µg
Acido folico	30-140 µg	210-980 µg

Apporti vitaminici giornalieri suggeriti per i bambini

<u>Vitamina</u>	<u>con Alimentazione Naturale</u>	<u>con Nutrizione Clinica</u>
K	50 µg	1-5 mg
D	350 U.I.	400 U.I.
A	1250 U.I.	2500-3500 U.I.
E	1 mg	1,5 mg
C	25 mg	125-150 mg
B ₁	0,5 mg	20-25 mg
B ₂	0,6 mg	420-9800 µg
B ₃	5-17 mg	15-50 mg
B ₆	0,6 mg	1 mg
B ₅	2-5 mg	6-15 mg
B ₁₂	0,7 µg	1 µg
B ₈	20-35 µg	20-35 µg
Acido folico	30-40 µg	50-70 µg