

Nombre del Alumno

Meyling Yusin Nucamendi Velázquez

Nombre del tema

Manual de Dietas

Parcia

3er parcial

Nombre de la Materia

Nutrición clínica

Nombre del profesor

DANIELA MONSERRAT MENDEZ GUILLEN

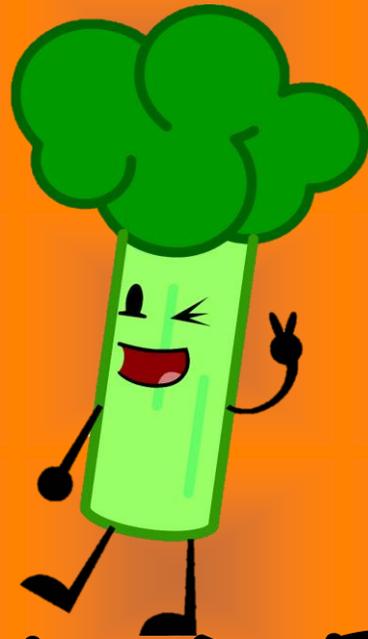
Nombre de la Licenciatura

Enfermería General

Cuatrimestre

3er cuatrimestre

Lugar y Fecha de elaboración: Comitán de Domínguez Chiapas, 28/07/23



MANUAL DE DIETAS



LIQUIDOS CLAROS



Se trata de una dieta de transición, se considera como:

“Etapa intermedia entre el ayuno y el inicio de la alimentación”.

Su consumo debe ser únicamente entre 24 a 48 horas, fácil digestión, monótona, no cuenta con alimento sólido, y puede ser fría, se fracciona de 3 a 5 tomas.

INDICACIONES

- ∇ En etapa pre y post operatoria.
- ∇ Exámenes de colonoscopia y otras pruebas diagnósticas.
- ∇ Pruebas de gabinete que requieren reducción de materia fecal.
- ∇ Condiciones agudas de disturbios gastrointestinales obstructivas e inflamatorias.
- ∇ Etapa inicial de la transición de la alimentación parenteral y enteral.
- ∇ Intolerancia a la alimentación sólida.
- ∇ Trastorno de la deglución, como estenosis de esófago.

ALIMENTOS	
PERMITIDOS	NO PERMITIDOS
<ul style="list-style-type: none">❖ Te de manzanilla❖ Gelatina de agua❖ Consomé desgrasado❖ Agua de limón❖ Atole de maicena con agua❖ Jugo de manzana	<ul style="list-style-type: none">❖ Carnes❖ Frutas❖ Verduras❖ Panes❖ Granos❖ Entre otros



LIQUIDOS GENERALES

Dieta intermedia entre los líquidos claros y dieta blanda, es de fácil digestión, contiene poco residuo y ningún condimento, todos los alimentos se proporcionan en consistencia líquida,

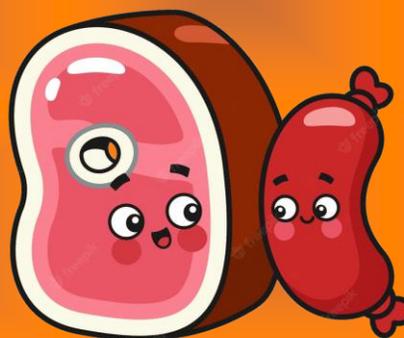
INDICACIONES

- ❖ Cuando el paciente ya ha tolerado la dieta líquida
- ❖ Dieta por vía oral
- ❖ Útil en alteraciones o patologías que afectan el esófago
- ❖ Personas con dificultad para masticar
- ❖ Después de una cirugía



©DESIGNALIKIE

ALIMENTOS	
PERMITIDOS	NO PERMITIDOS
<ul style="list-style-type: none">❖ Atole de maicena❖ Licuado de frutas❖ Licuado de verduras❖ Yogurt para beber❖ Sopas❖ Atole de arroz❖ Plátanos licuados❖ Gelatina de agua❖ Chayote cocidos	<ul style="list-style-type: none">❖ Carnes y aves: trozos❖ Embutidos❖ Carnes secas❖ Pan



DIETA LICUADA O ENTERAL

Es aquella nutricionalmente completa:

- Proteínas
- Hidratos de carbono
- Lípidos
- Fibra
- Vitaminas
- Minerales
- Agua

Es liberada en alguna sección del tracto digestivo como el estómago o intestino.

Las fórmulas utilizadas para esta alimentación son:

- Formula industrializada (dieta polimerica)
- Formula artesanal (con alimentos)

INDICACIONES

- ⊖ En pacientes que requieren apoyo por no alcanzar su requerimiento nutricional por vía oral
- ⊖ Pacientes que tienen imposibilitada la vía natural para el consumo de alimentos

<u>ALIMENTOS</u>	
<u>PERMITIDOS</u>	<u>NO PERMITIDOS</u>
<ul style="list-style-type: none">❖ Leche❖ Yogurt❖ Arroz precocido❖ Avena❖ Tapioca❖ Atole de maicena❖ Galletas❖ Aceites de canolas❖ Pechuga e hígado de pollo	<ul style="list-style-type: none">❖ Alimentos solidos❖ Cualquier alimento que no este de forma líquida o semilíquida❖ Carnes y panes❖ Frutas y verduras duras



DIETA BLANDA

Contiene un aporte de aproximadamente 1800 a 2000 kcal, en esta se incorporan por primera vez frutas y verduras, hortalizas crudas como guarnición o postre.

INDICACIONES

- ⊖ Pacientes con problemas gastrointestinales
- ⊖ Pacientes con incapacidad digestiva
- ⊖ Pacientes en senectud

ALIMENTOS	
PERMITIDOS	NO PERMITIDOS
<ul style="list-style-type: none">❖ Caldos❖ Cremas❖ Huevos en toda preparación❖ Carnes de res, aves, pescado❖ Pan❖ Tostadas❖ Arroz❖ Fideos❖ Tubérculos❖ Legumbres❖ Verduras cocidas❖ Jugos de frutas❖ Gelatina❖ Flan❖ caramelos	<ul style="list-style-type: none">❖ bebidas cítricas❖ bebidas carbonatadas❖ alcohol❖ limitar verduras flatulentas



DIETA HIPERPROTEICA

Utilizada para prevenir o corregir el catabolismo muscular y pérdida de peso, aporta de proteína 1.5 a 2 g por kg de peso al día.

INDICACIONES

- ⊖ paciente con desnutrición energético proteica
- ⊖ en estados febriles e infecciosos
- ⊖ úlceras por presión
- ⊖ ganancia de masa muscular

ALIMENTOS	
PERMITIDOS	NO PERMITIDOS
<ul style="list-style-type: none">❖ lácteos❖ huevos en especial claras❖ carnes de preferencia magras❖ cereales❖ leguminosas❖ legumbres y frutos secos❖ verduras❖ frutas	<ul style="list-style-type: none">❖ bebidas carbonatadas❖ alcohol



DIETA HIPERCALORICO

Alta en calorías, permite aumentar el peso, aporta de 3000 a 3500 kcal, su aporte proteico es de 1 a 1.5g/ kg al día, de debe iniciar gradualmente para evitar malestares digestivos,

INDICACIONES

- ⊖ Por delgadez
- ⊖ Alimentación deficiente
- ⊖ Pérdida de apetito
- ⊖ Trastorno de absorción intestinal
- ⊖ Excesiva actividad física



ALIMENTOS	
PERMITIDOS	NO PERMITIDOS
<ul style="list-style-type: none">❖ Lácteos y derivados❖ Huevos❖ Carnes de preferencia blancas❖ Cereales❖ Leguminosas❖ Legumbres y frutos secos❖ Verduras❖ Frutas❖ Grasas de preferencia vegetales❖	<ul style="list-style-type: none">❖ bebidas gasificadas❖ alcohol❖ Té❖ Café



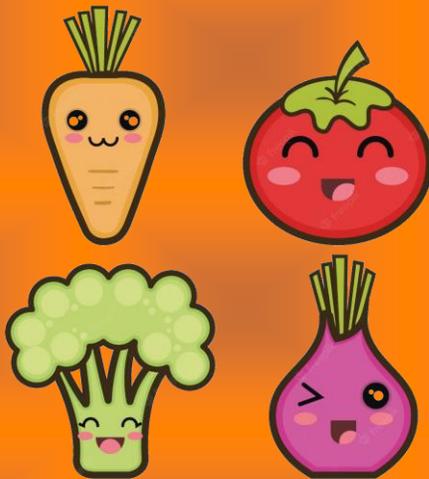
DIETA HIPOGLUSIDA

El carbohidrato es de 100 a 250 gr al día, aporta de 1500 a 1800 kcal debe realizarse en 5 tiempos de comida.

INDICACIONES

- ✚ Pacientes con DMI y DMII
- ✚ Pacientes con obesidad
- ✚ Pacientes con trigliceridemia

ALIMENTOS	
PERMITIDOS	NO PERMITIDOS
<ul style="list-style-type: none">❖ Lácteos y derivados descremados❖ Claras de huevo❖ Carnes blancas❖ Cereales❖ Leguminosas❖ Verduras❖ Frutas❖ Grasas vegetales	<ul style="list-style-type: none">❖ bebidas cítricas❖ bebidas carbonatadas❖ alcohol❖ mango❖ chirimoya❖ uva❖ plátano❖ higo❖ frutas deshidratadas❖ carnes rojas❖ zanahorias❖ betarraga



DIETA HIPOSODICA

Dieta donde el sodio está prohibido

Se especifican 5 niveles de restricción de sodio:

- -4 g de sodio (175 mEq o mmol)
- -2 g de sodio (87 mEq o mmol). Restricción ligera de sodio
- -1 g de sodio (44 mEq o mmol). Restricción moderada de sodio
- -500 mg de sodio (22 mEq o mmol). Restricción estricta de sodio
- -250 mg de sodio (11 mEq o mmol). Restricción intensa de sodio

INDICACIONES

- Edemas
- Cirrosis
- Has
- Afecciones cardiacas
- Enfermedades renales



ALIMENTOS	
PERMITIDOS	NO PERMITIDOS
<ul style="list-style-type: none">❖ Verduras frescas❖ Espinaca❖ Lechugas❖ Brócoli❖ Col rizada❖ Calabacines❖	<ul style="list-style-type: none">❖ Embutidos❖ Galletas saladas❖ Aceitunas❖ Encurtidos❖ Mariscos❖ Aguas minerales❖ Queso❖ Mantequilla❖ Margarina❖ Dulces❖ Sardinias❖ Todo lo enlatado

