



**UNIVERSIDAD DEL SURESTE**

**Nombre de la universidad:** UDS (Universidad Del Sureste).

**Nombre de la carrera:** Licenciatura en enfermería.

**Materia:** Nutrición clínica

**Nombre del Maestro:** Nefi Alejandro Sánchez Gordillo

**Nombre de la alumna:** Loyda Eunice Hernández Pérez

**Grado y grupo:** 3er Cuatrimestre Semiescolarido.

**Lugar y fecha:** Tapachula Chiapas – 17 de julio del 2020

# DIETAS TERAPÉUTICAS

## Dieta normal

Conocida como dieta básica o basal. Corresponde a una alimentación completa e incluye todo tipo de alimentos en cualquier preparación.

- Se ofrece en preparaciones variadas, puede alternarse entre huevo, carne y queso 1 vez a la semana.
- Debe disponer de sal.
- Se permite comer pescado y leguminosas secas.
- Permite tomar 180 cc de leche o 20g de leche en polvo.
- Cubre las necesidades de macro, micro y fibras.

### No se permite comer:

- Productos e salsamentaría.
- Embutidos.
- Jugos de caja o lata.
- Enlatados.
- Consomé de res o pollo en remplazo de sopa.

## Dieta blanda

Denominada dieta de protección gástrica (no produce gases). Incluye la mayoría de los alimentos modificando la consistencia para facilitar su masticación y digestión.

- Los alimentos se presentan de forma blanda, molida, majada o puré, desmechada.
- Verduras en preparación de cocción.
- Se puede usar compotas preparadas o jugos.
- No se permiten frutas acidas ni bananos, ni leguminosas secas.
- Se permiten los té, agua de panela, aromáticas, jugo o gelatina.
- De acuerdo a la patología del paciente se puede utilizar leche deslactosada o descremada si el servicio de nutrición lo autoriza.

### No se permite comer:

- Verduras crudas.
- Productos de salsamentaría.
- Mazorca y preparaciones fritas.
- Mayonesa y crema de leche.
- Alimentos sazonados y condimentados.

Para pacientes que no requieren modificación en su alimentación.

## Dieta semiblanda

Se constituye como una dieta progresiva. Paso intermedio entre la dieta líquida total y la blanda.

- Alimentos de consistencia de puré, compotas o licuados de carne o pollo.
- Baja en grasa, celulosas y residuos.
- Se permite blanco y blando o ponqué.
- Debe cumplir con la demanda energética de nutrientes.
- Frutas no acidas, ni bananos, ni leguminosas secas.
- Se permite el uso de compotas preparadas o jugos.
- No se permite el café, chocolate o chocolino.
- Se permite la leche deslactosada o descremada.

### No se permite comer:

- Verduras crudas.
- Productos de salsamentaría.
- Mazorca y preparaciones fritas.
- Mayonesa y crema de leche.
- Alimentos sazonados y condimentados.

Para postoperatorios, alteraciones gastrointestinales y procesos de realimentación. Previene la obstrucción en pacientes con disminución de luz esofágica o intestinal. Disminuye el peso, el volumen de materia fecal y retrasan en tránsito intestinal.

Para post operatorio, dificultad para masticar por falta de dientes, dificultad para deglutir, lesiones de cavidad oral, esofagitis, gastritis, colon irritable entre otras.

### Alimentos productores de gas:

- Brócoli.
- Coliflor.
- Cebolla cabezona.
- Pimentón.
- Repollo.
- Leguminosas secas.
- Ni irritantes.



## Dieta hipograsa

Dieta donde se restringe el contenido de lípidos.

- Sigue esquema de la dieta blanda.
- En desayuno se ofrecerá caldo de res o pollo sin piel, agregando algún energético o queso tipo descremada o cuajada.
- Cuando se autorice se puede toma leche descremada o de soya.

**No se permite comer:**

- Bebidas con leche entera, ni yogurt.
- huevo.
- Queso graso o doble crema.
- Piel de pollo, ni grasas de las carnes, ni viseras.
- Pan, ni pastel con margarina, ni aceite de palma o coco.

## Dieta hiperproteica

Caracterizado por un incremento en el aporte de proteínas.

- Se adicionara el 50% de proteína en cada tiempo de comida.
- Las proteínas deben ser de alto valor biológico (carnes, pollo, huevo, queso o pescado).

### No se permite comer:

- Crema de leche.
- Salsas comerciales.
- Grasas de origen animal.
- Embutidos.
- Salsamentaría.

Para los que tengan dislipidemia, enfermedad coronaria, post operatorios de cirugías intestinales, obesidad, distinción abdominal, cáncer hepático o pancreático, hepatitis, colitis, entre otros.

Para pacientes en desnutrición leve o moderada que toleren bien la vía oral. Pacientes hipercatabolicos, quemados, con leucemia, VIH positivo, síndrome constitucional, tuberculosis, fascitis necrosante, pacientes inmunodepresores.

## Dieta hipercalórica

Proporciona más calorías que las requeridas. Para generar un balance positivo.

- se pueden utilizar bocadillos, mermeladas, margarina, galleta, ponqués, tortas, leche condensada, para el aporte calórico.
- En cada tiempo de comida un alimento que aporte energía.

**No se permite comer:**

- Lácteos, cremas y azucars concentrados
- Frutas acidas.
- Productos integrales
- Alimentos que produzcan gases.
- Café

## Dieta astringente

Denominada antidiarreico, se ofrecen alimento ricos en pectina que dan mayor absorción de líquidos a nivel intestinal favoreciendo el bolo fecal.

- Mínimo contenido de residuos o fibra
- Disminuye el peristaltismo intestinal y a su vez el volumen y número de evacuaciones.
- Ofrecer suficiente líquido en aguas aromáticas, jugos astringentes o agua hervida.
- Frutas y verduras astringentes como guayaba cocida, pera y manzana sin piel, durazno, zanahoria y ahuyama.
- Té negro.

Para pacientes con enfermedad diarreica, ileostomías o fistulas intestinales.

## Dieta hipoglucida

Modificada en carbohidratos, no se adiciona azúcar, panela o miel, se limitan los carbohidratos complejos y se ofrecen alimentos altos en fibra en seis porciones.

- Debe cumplir los menú patrón y los horarios prescritos.
- En las nueve debe llevar frutas y bebidas en leche o queso.
- Refrigerio nocturno o trasnocho debe llevar bebidas calientes y frías en leche.
- Utilizar productos altos en fibra.
- En el desayuno caldo de pollo, carne o huevo.

Para diabéticos o intolerantes a la glucosa, pacientes con hipoglucemia y con hipertrigliceridemia, moderadas o severas.

## Dieta hipocalórica

Proporciona menos calorías que las requeridas, maneja dos valores: dieta de 1500 Kcal y 1000 Kcal.

- Se ofrecerá una porción de fruta de (80 gr.) o queso.
- Cuajada de (50gr.)
- Controlar el suministro de carbohidratos simples y limitar el consumo de carbohidratos complejos.

**No se permite comer:**

- Frutas como banano, manzana, uvas, peras, remolacha, ya sea en conserva o almíbar o jugo.
- Pan o pastel con azúcares simples.
- azúcar blanca, morena, refinada, panela o miel.
- Embutidos y grasas de origen animal.
- Aceites de palma de coco.

Pacientes con obesidad y sobrepeso.

## Dieta líquida completa total

Dieta progresiva de transición alimentaria, se proporcionan alimentos líquidos o semilíquidos, cubre las necesidades nutricionales de macro y micronutrientes.

- Los líquidos deben ser preparados con una mezcla de almidón de maíz, para dar consistencia miel.
- La bebida en leche debe tener la adición de café o té instantáneo, avenas coladas, malteadas o con cereales.
- La sopa o crema debe incluir proteína, un energético, verduras y sal.
- No deben contener azúcar refinada.

**No se permite comer:**

- Pan, galleta y arepas.
- Cereales (arroz y pastas).
- Carnes enteras o molidas.

## Dieta líquida clara

Denominada dieta líquida a tolerancia, se suministran líquidos claros no viscosos de fácil digestión. Proporciona un mínimo residuo intestinal, disminuyen la sed y la deshidratación, su duración es corta, de 12 a 24 horas.

- Incluye consomé, carne magra o de pechuga de pollo sin piel desgrasados.
- Bebidas calientes: agua de panela, aromática o té en agua.
- Alimento energético: gelatina.
- No deben contener azúcares refinados.
- Aportar agua y cantidades pequeñas de electrolitos.

**No se permite comer:**

- Leche y líquidos preparados con ella y derivados.
- Jugos con pulpa, cítricos
- Sopas o cremas de sobre.
- Caldos de gallina, carne o huevo.

Objetivo principal, descargar el aparato digestivo de todo trabajo, bien sea por enfermedad gastrointestinal, vómitos repentinos, postoperatorio inmediato e hidrata al paciente.

Pacientes con dificultad para masticar, deglutir o tolerar alimentos sólidos, pacientes con traqueotomía en fase inicial, con maxilofacial, fractura de mandíbula, ancianos entre otros.



## Dieta complementaria

Se inicia a partir de los 6 meses de edad o antes según prescripción del pediatra, de acuerdo al desarrollo fisiológico de menores.

### Complementaria I para menores de 6-9 meses.

- Alimentos suministrados sin adición de sal y azúcar, en consistencia y textura suave.
- Bebidas con leche preparadas con fórmulas lácteas (etapa 2) en polvo 100%.
- No se permite suministro de clara de huevo, fresa, leche entera de vaca, queso, cítricos o ácidos.
- Compotas realizadas con frutas no ácidas.
- La sopa o crema debe contener una verdura amarilla, verde y harina como arroz o pastas y pollo o carne (25 gr).

### Complementaria II para menores de 9-12 meses.

- Bebidas con leche preparadas con fórmulas lácteas (etapa 2) en polvo 100%.
- No se permite suministro de clara de huevo, fresa, leche entera de vaca, queso, cítricos o ácidos.
- Consistencia de los alimentos: firme y de textura con trocitos.
- No brócoli, lechuga o repollo.
- Se puede suministrar huevo entero o yema.
- Ofrecer preparaciones con leguminosas verdes y secas.
- La sopa o crema debe contener una verdura amarilla, verde y harina como arroz o pastas o tubérculos.

## Alimentación para médicos de turno

Cumple los criterios de la dieta normal.

- Desayuno jugo de naranja o mandarina.
- En la cena no se da sopa.
- Se debe dar variedad de postres para almuerzo y comida preparados con frutas naturales.
- Incluir flanes, pudines, natillas, esponjados y bizcochos.

### Bibliografía

<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/biblioteca/b16a707f9b5f3ca677a48617f7cbbaf6.pdf>