



**SAN CRISTOBAL DE LAS
CASAS, CHIAPÀS.**



Licenciatura en enfermería

Catedrático:

Dra. Karina Hernández

Trabajo:

Mapa conceptual de Dietoterapia.

Materia:

Nutrición clínica.

Cuatrimestre:

3º

Presenta:

Alondra Yoana Rodríguez González



DIETOTERAPIA

Enfermedades cardiovasculares

Puede ser necesario el uso simultáneo de una dieta de bajo contenido en grasas totales, en grasas saturadas y en colesterol.

En pacientes con hipertensión e hiperlipidemia

La dieta para la prevención y tratamiento

Se basa en principios equilibrada en vitaminas y minerales.

Rica en antioxidantes naturales como polifenoles y esteroles vegetales

Rica en aceites mono y poli insaturados como ácido oleico y omega 3

Rica en fibra principalmente hidrosoluble.

Pobre en sal y azucares simples.

Obesidad

El tratamiento de la obesidad se basa principalmente en la modificación de hábitos alimentarios

Para disminuir la ingesta calórica para alcanzar el peso adecuado.

Existe diversas dietas para reducir de peso pero todas se basan principalmente:

- la cantidad de calorías
- el balance de macronutrientes
- y acompañado de ejercicio físico

Dietas de balance negativo:

Son de perfil balanceado de alimentos y nutrientes.

Dietas bajas y muy bajas en caloría: distribución de macronutrientes y en forma de batidos líquidos.

Dietas hiperproteica y bajas en carbohidratos

Diabetes

Las dietas para el tratamiento de diabetes se basan en el control

Requerimientos de:

- energía
- hidratos de carbono
- proteínas
- lípidos (Mono insaturado, Poliinsaturados).
- Micronutrientes

La población diabética debe limitar o no ingerir edulcorantes, para evitar incremento ponderal

Reducir la ingesta de energía

Consumó moderado y combinar los alimentos.

Fijar horarios de comida de acuerdo a la actividad física

Las frutas o verduras recomendadas se pueden consumir entre comidas para evitar la baja de glucosa o sensación de hambre.