



Nombre de la alumna: Laura Guadalupe Álvarez Gómez

Nombre del profesor (a): Alfredo Agustín Vázquez

Nombre del trabajo: Tipos de dietas

Materia: Nutrición clínica

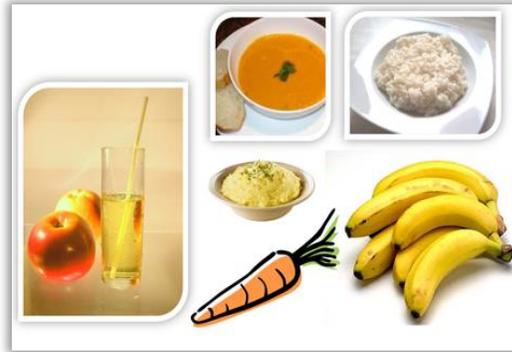
Grado: 3° cuatrimestre

Grupo: "A"

# TIPOS DE DIETAS

## Dieta Astringente

Es la dieta que tiene como finalidad cuidar el sistema digestivo cuando alguien sufre indisposición estomacal o diarrea



La dieta ha de ser: baja en fibra insoluble, baja en grasas, exenta en lactosa, sin alimentos irritantes, ni flatulentos.

## Dieta Artesanal

puede prepararse combinando los alimentos de una dieta normal, o alimentos o suplementos planeados para satisfacer necesidades terapéuticas específicas



Deben homogeneizarse finamente, colarse y diluirse hasta una consistencia que asegure su paso a través de la sonda

## Dieta Enteral

Es una técnica de soporte nutricional que consiste en administrar los nutrientes directamente en el tracto gastrointestinal mediante sonda.



El acceso enteral abarca accesos a corto plazo (alimentación nasogástrica, orogastrica) o a largo plazo (percutáneos incluyendo gastrostomía)

## Dieta Blanda

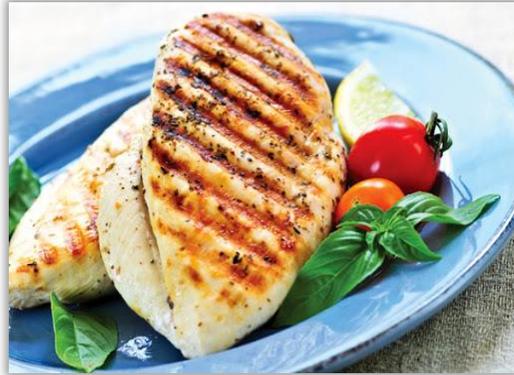
Esta dieta se recomienda después de un periodo de ayunas por enfermedad grave o cirugía digestiva, una gastritis, un cólico, una úlcera, episodios de diarrea o vómitos



El objetivo de la dieta blanda es que sea fácil de digerir y que no estimule la secreción gástrica.

## Dieta Basal

Es el plan nutricional que se instaura en un hospital para los pacientes que están ingresados. Dependiendo de la patología que esté presente



EL objetivo de esta dieta es mantener el mejor estado de salud, según la situación fisiológica y patológica de cada paciente.

## Dieta Polimérica

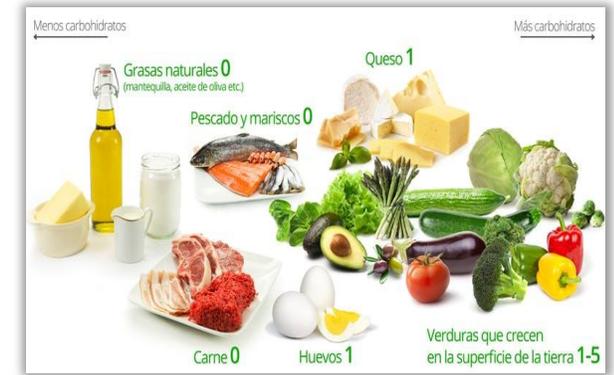
Son dietas enterales en las que las proteínas se presentan en forma intacta



Esta indicadas en pacientes con función digestiva o absorptivas integras.

## Dieta Cetogénica

Es un plan de alimentación bajo en carbohidratos y rico en grasas que ofrece muchos beneficios para la salud.



Las dietas cetogénicas pueden tener beneficios incluso contra la diabetes, el cáncer, la epilepsia y el Alzheimer.

## Dieta Normocalórica

Son dietas destinadas al mantenimiento del peso. Una vez hayas logrado tu objetivo, es hora de mantenerlo.



En esta dieta las calorías ingeridas serán igual a las calorías que tu cuerpo va a quemar y necesitar.

## Dieta Semielemental

También denominadas parcialmente hidrolizadas u oligoméricas, están compuestas por nutrientes predigeridos y con poco residuo



Está indicado para: Cirugía mayor, traumatizados, quemados, enfermedad pulmonar alto riesgo de infección, malnutrición en estrés metabólico

## Dieta Elemental

Es una estrategia dietética médica que utiliza soluciones alimenticias muy simples para proporcionar nutrientes esenciales



Sin añadir mucho estrés al ya sobrecargado sistema digestivo de alguien manteniéndolo en reposo casi absoluto, sin bajar el aporte calórico

## Dieta Dasch

Es un enfoque de por vida para una alimentación saludable que está diseñado para ayudar a tratar o prevenir la presión arterial alta.



Esta dieta te incentiva a disminuir el sodio en tu dieta y a incorporar una variedad de alimentos ricos en nutrientes que ayudan a bajar la presión arterial

## Dieta Hipercalórica

El objetivo de esta dieta es que una persona aumente de peso de forma saludable y equilibrada, incluyendo alimentos naturales de gran aporte calórico en su plan de alimentación.



Es un régimen para subir de peso y debe diseñarla un especialista en nutrición y dietética.

## Dieta Hipoproteica

Son aquellas que limitan el aporte de proteínas al organismo.



Siempre debe contar con una precisa indicación y un estricto control médico.

## Dieta Hipocalórica

Es una dieta para perder peso en la que se busca consumir menos calorías de las que necesita el cuerpo para "funcionar".



Es la más habitual de las dietas que aplican y diagnostican los médicos en los casos de pérdida de peso.

## Dieta Hiperproteica

Es una dieta que se basa en ingerir alta cantidad de alimentos ricos en proteínas pero eliminando casi la totalidad de los carbohidratos que se ingieren.



Con ello se consigue una rápida pérdida de peso, más veloz que si se hace una dieta baja en calorías habitual

## Dieta Hipolipídica

Dieta desequilibrada que proporciona menos grasas de la recomendada en una dieta equilibrada



Por lo que en esta dieta aumenta la proporción de proteínas y/o hidratos de carbono.

## Dieta Hiposodica

Es una dieta baja en sal, la cual es recomendada para personas que sufren de hipertensión y de insuficiencia cardíaca.



La dieta hiposódica para puede ser estricta o flexible dependiendo de cada uno y del estado de su enfermedad.

## Dieta Hiponitrogenada

Se reducen las proteínas para reducir así los desechos nitrogenados procedentes de su metabolismo.



Se recomienda en problemas de funcionalidad del hígado, de los riñones y de la piel, es óptima ante enfermedades reumáticas y articulares.

## Dieta Hipocarbonada

En esta dieta se reducen los hidratos de carbono refinados.



Aconsejada para la obesidad, los problemas hepáticos o del páncreas.

## Dieta Liquida

Es aquella que no contiene alimentos sólidos, prescritas normalmente para enfermedades gastrointestinales o antes o después de ciertos tipos de cirugía.



La dieta liquida es nutricionalmente incompleta, no es capaz de cubrir las necesidades mínimas del individuo tanto a nivel energético como nivel cualitativo

## Dieta Líquidos claros

Se suele usar antes de los análisis, los procedimientos o las cirugías que requieren que no tengas alimentos en el estómago o los intestinos.



También puede recomendarse como una dieta a corto plazo si tienes ciertos problemas digestivos, como náuseas, vómitos o diarrea.

## Dieta Mediterránea

Es un tipo de alimentación basado en la cocina tradicional de los países ribereños del mar Mediterráneo.



Normalmente es rica en vegetales, frutas, granos enteros, frijoles, frutos secos y semillas, y aceite de oliva.

## Dieta Vegana

Es una dieta basada en el consumo de alimentos los cuales no provengan de un origen animal como las verduras, las legumbres.



Objetivos disminuir la cantidad de carne y de esa manera mejorar la Salud de la persona, así como también el de reducir la obesidad.

## Dieta Sin colecistoquinéticos

Este tipo de dieta es utilizada en pacientes, con patologías vesiculares como colecistitis, colelitiasis y coledocolitiasis.



Se trata principalmente de alimentos sin contenido de grasa o contenido muy bajo y sin irritantes.

## Dieta Keto

Es basada en más alimentos ricos en grasas buenas y proteínas como el pescado azul, aguacate, aceite de coco u de oliva, una restricción de hidratos de carbono.



Su objetivo es generar un proceso de cetosis en la sangre parecido al ayuno y haciendo eso se puede conseguir reserva de grasas en el cuerpo.

## Dieta parenteral

De la dieta parenteral cabe esperar los beneficios que proporciona el reposo del aparato digestivo y mantener un adecuado estado nutricional.



Proporciona una cantidad y calidad suficiente de sustancias nutritivas por vía intravenosa, para llevar a cabo los procesos anabólicos.

## Dieta Vegetariana

Esta dieta consiste en la alimentación a base de alimentos naturales son alteraciones químicas ni productos de origen animal.



Los objetivos de este tipo de dietas son de Prevenir enfermedades como las cardiacas, de hipertensión, colesterol, diabetes.

### Bibliografía:

UDS. Tipos de dietas. Utilizada el 26 de julio del 2020.