



Nombre de alumno: Esmeralda Méndez
López

Nombre del profesor: Alfredo Agustín
Vázquez

Nombre del trabajo: Súper nota
TIPOS DE DIETAS

Materia: Nutrición Clínica

Grado: 3

Grupo: A

Tipos de dietas

Dieta normocalórica



La dieta normocalórica vendría a ser en términos coloquiales algo así como la dieta de “mantenimiento”. Una dieta que busca el equilibrio nutricional y calórico entre lo que ingerimos y lo que quemamos.

Dieta hipocalórica



Consiste en conseguir un cómputo global negativo a nivel de calorías. Es decir, ingerir menos calorías de las que nuestro cuerpo “gasta”. Lo que buscamos con esta dieta es generar un balance negativo que de forma controlada nos permita perder peso.

Dieta hiposódica



Es aquella donde se evita la sal, los fármacos que incluyan sodio, principalmente efervescentes (Alka seltzer comp, bicarbonato sódico, Cloruro de potasio, Sal de uvas etc.) ... Alimentos no permitidos en una dieta baja en sal o hiposódica en general.

Dieta hipercalórica



Son aquellas que contienen un aporte energético mayor del que necesita un individuo. No sólo es una dieta alta en calorías que permite lograr un aumento de peso, además se mejora la calidad y la cantidad de lo que se come. Se necesitan cuantificar y aumentar las calorías, por lo tanto, los macronutrientes: carbohidratos, proteínas y grasas.

Dieta hiperproteica



Consiste básicamente en consumir alimentos ricos en proteínas, reduciendo la ingesta de grasas y azúcares

Dieta hipoproteica



Son aquellas que limitan el aporte de proteínas al organismo. Como todas las dietas que disminuye el aporte de una variedad de nutriente específico, entraña ciertos riesgos por lo tanto siempre debe contar con una precisa indicación y un estricto control médico.

Dieta astringente



Es recuperar los minerales y líquidos perdidos tras una enfermedad o dolencia estomacal, normalmente gastroenteritis tras la cual, el organismo se ha deshidratado. Esta dieta se basa en la combinación de alimentos astringentes, es decir, que estriñen o estrechan los tejidos.

Dieta blanda



Dieta Blanda

Es un plan de alimentación de mayor o menor duración que los médicos prescriben ante diferentes enfermedades del aparato digestivo. Su característica fundamental es que incluye alimentos fáciles de masticar y digerir, ausentes de condimentos, grasas, ácidos u otras sustancias utilizadas en su preparación que puedan causar irritación en el aparato digestivo o estimular la secreción de jugos gástricos

Dieta polimerica



Bebida nutricional que puede ayudar a las personas que no pueden obtener todo lo que necesitan de su alimentación habitual y otras bebidas. ... Ensure es un ejemplo de fórmula nutricional entérica polimérica. Una fórmula nutricional entérica polimérica es un suplemento alimentario.

Dieta liquida



Una dieta líquida es aquella que no contiene alimentos sólidos, prescritas normalmente para enfermedades gastrointestinales o antes o después de ciertos tipos de cirugía, como la cirugía oral y del tracto gastrointestinal.

Dieta elemental



Es una dieta que propone la ingestión, o en casos más severos, el uso de una sonda de alimentación gástrica o alimentación intravenosa, de nutrientes líquidos en una forma fácilmente asimilable. Generalmente está compuesto de aminoácidos, grasas, azúcares, vitaminas y minerales.

Dieta líquidos claros



Una dieta líquida absoluta consiste en líquidos claros —como agua, caldo y gelatina regular— que se digieren con facilidad y no dejan residuos sin digerir en el tracto intestinal. El médico puede indicarte una dieta líquida absoluta antes de ciertos procedimientos médicos o si tienes determinados problemas digestivos

Dieta entera y parental



La nutrición enteral consiste en la administración de nutrientes de diversos tipos a través de una sonda. La nutrición parenteral se utiliza en los casos en los que el paciente tiene dificultades o no puede utilizar su aparato digestivo.

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

Dieta artesanal



Dieta DASCH



Es baja en sal y alta en frutas, vegetales, granos integrales, lácteos bajos en grasas y proteínas magras. DASH corresponde a las siglas en inglés de Enfoques Alimentarios para Detener la Hipertensión. La dieta se creó originalmente para ayudar a reducir la presión arterial alta. También es una manera saludable de perder peso.

Dieta sin colecistoquinético



Es utilizada en pacientes, con patologías vesiculares como colecistitis, coledocolitiasis y colelitiasis. Se trata principalmente de alimentos sin contenido de grasa o contenido muy bajo y sin irritantes.

Dieta mediterránea



Dieta mediterranea

La dieta mediterránea se basa en los ingredientes propios de la agricultura local de los países con clima mediterráneo, fundamentalmente España e Italia. Se resume en reducir el consumo de carnes e hidratos de carbono en beneficio de más alimentos vegetales y grasas monoinsaturadas.

Dieta hipolipídica



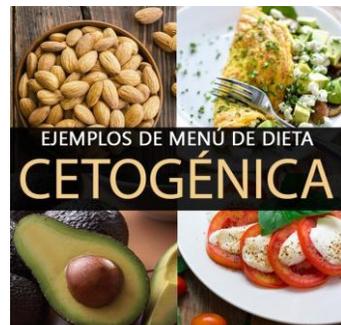
Dieta desequilibrada que proporciona menos grasas de la recomendada en una dieta equilibrada, por lo que aumenta la proporción de proteínas y/o hidratos de carbono. No tiene que ser necesariamente una dieta hipocalórica.

Dieta hipocarbonada



Se reducen los hidratos de carbono refinados, adecuadas para la obesidad, los problemas hepáticos o del páncreas y preferentemente, en aquellas personas aquejadas de problemas respiratorios por exceso de mucosidad.

Dieta cetogénica



Puede útil para quemar el exceso de grasa corporal sin pasar hambre y para revertir la diabetes tipo 2

Dieta keto



Es un plan alimenticio bajo en carbohidratos y rico en grasas. Causa pérdida de peso y muchos beneficios saludables

Dieta vegana y dieta vegetariana



El veganismo excluye todo lo que proceda de un animal. Esta es la diferencia más básica entre ambos perfiles. Así, mientras que los veganos dicen no a las carnes (de res o de cerdo), pescados, aves, huevos y productos lácteos; los vegetarianos, salvo las carnes, sí pueden consumir estos alimentos