



PASIÓN POR EDUCAR

NOMBRE DE ALUMNA: ADRIANA GUADALUPE ALBORES VENTURA.

NOMBRE DE LA PROFESOR: LIC. EN NUTRIOLOGÍA ALFREDO AGUSTÍN VÁZQUEZ PÉREZ

NOMBRE DEL TRABAJO: DIETAS

MATERIA: NUTRICIÓN CLÍNICA.

CUATRIMESTRE: 3°

GRUPO: A

LIC. EN ENFERMERÍA

COMITÁN DE DOMÍNGUEZ CHIAPAS A 26 DE JULIO DE 2020

Destinadas al mantenimiento del peso



Dieta Normocalórica
las calorías ingeridas deben ser igual a las calorías que tu cuerpo va a quemar y necesitar

Destinada a la ganancia de peso



DIETA HIPERCALORICA
Contienen un aporte energético mayor del que necesita un individuo (más calorías de las que tu organismo va a ser capaz de quemar)

Ayuda a perder peso y definir volumen en personas con retención de líquidos



DIETA HIPOSODICA
Recomendada en personas con hipertensión arterial y problemas del corazón

Dieta Hiperproteicas



consumir alimentos ricos en proteínas, reduciendo la ingesta de grasas y azúcares.
Ayuda a perder peso rápidamente y aumentar músculo

se utiliza cuando se quiere perder peso de forma rápida



DIETA HIPOPROTEICA.
Baja en Proteínas
consumir frutas, verduras, productos elaborados bajos en proteínas, almidones (tapioca, maicena, yuca), azúcares y grasas vegetales o animales

Evitar alimentos ricos en fibra, guisos, fritos y alimentos ricos en grasa



DIETA ASTRINGENTE
LA DIETA A SEGUIR EN CASO DE DIARREA
Disminuye movimientos intestinales, volumen y frecuencia de las deposiciones

Dieta de protección gástrica



Dieta blanda
incluye alimentos fáciles de masticar y digerir (cero grasas, ácidos u otras sustancias)

brindan soporte nutricional

Para la desnutrición, alguna enfermedad, para hospitalizados y/o no quieren o no puedan comer



Dieta Polimérica
contiene proteína entera, hidratos de carbono complejos, grasas, vitaminas y minerales, y no contienen lactosa ni gluten.

se compone de líquidos y alimentos que se vuelven líquidos cuando están a temperatura ambiente



DIETA LIQUIDA
Brindan energía, proteínas y grasas. Pero no fibra, vitaminas ni minerales para enfermedades gastrointestinales o problemas para masticar y deglutir

NUTRICIÓN ENTERAL



Administra nutrientes través de una dieta licuada o de fórmulas enterales
indicada en los casos en los que el enfermo requiere soporte nutricional individualizado y no ingiere los nutrientes necesarios para cubrir sus requerimientos

Dieta Elementales



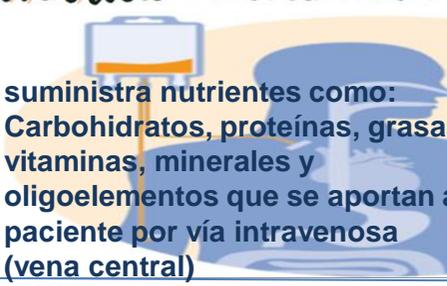
mezcla de aminoácidos esenciales y no esenciales grasas y azúcares
llena vacíos nutricionales, restaura la salud intestinal, estimula el reposo y regenera la mucosa y mejora los biomarcadores (en desnutrición y mal absorción)

hidrolizado de proteínas del suero lácteo



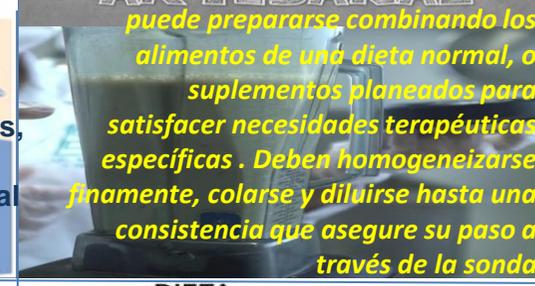
compuestas por nutrientes predigeridos que predominan las proteínas parcialmente hidrolizadas (oligopéptidos)

Nutrición Parenteral



suministra nutrientes como: Carbohidratos, proteínas, grasas, vitaminas, minerales y oligoelementos que se aportan al paciente por vía intravenosa (vena central)

DIETA ENTERAL ARTESANAL



puede prepararse combinando los alimentos de una dieta normal, 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

baja en sal y alta en frutas, vegetales, granos integrales, lácteos bajos en grasas y proteínas



Dieta Dash
Ayuda a reducir la presión arterial alta. Y es una manera saludable de perder peso.

alimentos sin contenido de grasa o contenido muy bajo y sin irritantes.



Dieta sin colecistoquinéticos
Deben ser al vapor, hervido, al horno, a la plancha y escalfar.
utilizada en pacientes, con patologías vesiculares como colecistitis, coledocolitiasis y colelitiasis.

reduce el consumo de carnes e hidratos de carbono en beneficio de más alimentos vegetales y grasas monoinsaturadas



Dieta mediterranea
contribuye a bajar de peso, controlar la hipercolesterolemia, la presión arterial, y a atrasar el deterioro cognitivo

aporta una proporción de grasa menor al porcentaje recomendado, aumenta las proteínas y/o hidratos de carbono



Dieta hipoproteica
se aplica en enfermos que tienen colesterol y triglicéridos altos

DIETA HIPOCARBONADA



diseñada para perder peso de manera moderada
Se reducen los hidratos de carbono refinados

DIETA Cetogénica



útil para quemar el exceso de grasa corporal sin pasar hambre y para revertir la diabetes
alternativa de combustible para el cuerpo, que este usa cuando el azúcar en sangre (glucosa) escasea.
plan de alimentación bajo en carbohidratos

alimentos ricos en grasas buenas y proteínas restricción de hidratos de carbono



DIETA KETO
Sirve para adelgazar, combatir el acné, mejorar la salud cardiovascular y hasta equilibrar los niveles hormonales

ningún tipo de alimento que provenga de animales. Esto incluye productos lácteos, huevos, miel y gelatina (la cual proviene de huesos y otros tejidos animales).



DIETA VEGANA
alimentos sólo a base de plantas

DIETA VEGETARIANA



NO incluye ningún tipo de carne, aves de corral ni mariscos
Menos calorías de la grasa (grasa especialmente saturada) Menos calorías en general, Más fibra, potasio y vitamina C

ADRIANA VENTUTRA
NUTRICION

BIBLIOGRAFIA

- [https://medlineplus.gov/spanish/ency/patientinstructions/000784.htm#:~:text=La%20dieta%20DASH%20es%20baja,Dietary%20Approaches%20to%20Stop%20Hypertension\).](https://medlineplus.gov/spanish/ency/patientinstructions/000784.htm#:~:text=La%20dieta%20DASH%20es%20baja,Dietary%20Approaches%20to%20Stop%20Hypertension).)
- <https://blog.nutritienda.com/normocalorica-hipercalorica-e-hipocalorica-cual-es-tu-dieta/#:~:text=DIETA%20NORMOCAL%3%93RICA%3A%20son%20dietas%20destinadas,va%20a%20quemar%20y%20necesitar.>
- <https://www.carethy.es/consejos/dietetica-y-nutricion/quien-la-dieta-hiposodica/>
- <https://nutrisport.es/web/dieta-proteica/#:~:text=La%20dieta%20proteica%2C%20tambi%C3%A9n%20llamada,ingesta%20de%20grasas%20y%20az%C3%BAcares.>
- <https://gericulturaam8.wixsite.com/adultomayor/copia-de-dieta-hospitalaria>
- <https://www.quepuedotomar.com/dietas-polimericas-que-son/>
- <https://medlineplus.gov/spanish/ency/patientinstructions/000206.htm>
- <https://www.tuasaude.com/es/nutricion-enteral/>
- https://es.wikipedia.org/wiki/Dieta_elemental#:~:text=Una%20dieta%20elemental%20es%20una,%2C%20az%C3%BAcares%2C%20vitaminas%20y%20minerales.
- <https://medlineplus.gov/spanish/ency/patientinstructions/000177.htm#:~:text=Es%20un%20m%C3%A9todo%20de%20alimentaci%C3%B3n,recibir%20alimentaci%C3%B3n%20por%20la%20boca.>
- https://www.google.com/search?q=dieta+Artesanal&rlz=1C1ASVC_esMX906MX906&sxsrf=ALeKk02pvlwaMZ7KDx7e32FXCXR9knGZDw:1595798908404&source=lnms&tbm=isch&sa=X&ved=2ahUKEwi3ycWY7uvqAhUGCs0KHcE6D-sQ_AUoAXoECA0QAw&biw=1366&bih=625#imgrc=B8BS-hQ82JSyKM
- <http://nutricion-kionta.blogspot.com/2018/04/dieta-sin-colecistoquineticos.html>
- <https://cuidateplus.marca.com/alimentacion/diccionario/dieta-mediterranea.html>