



Nombre de alumnos: Vanessa Monserrat Gómez Ruiz.

Nombre del profesor: Alfredo Agustín Vásquez.

Nombre del trabajo: Tipos de dietas

Materia: Nutrición clínica

Grado: “3”

Grupo: “B”

PASIÓN POR EDUCAR

Comitán de Domínguez Chiapas a 26 de julio de 2020.



DIETA NORMOPROTEICA

es un plan alimenticio destinado a favorecer el adelgazamiento.

Se recomienda en pacientes con: personas mayores de 35 años con poca masa muscular, que tengan sobrepeso, ya que las ayuda a generar músculo, mejorar la circulación sanguínea e incrementar la fuerza.

las verduras y frutas se consumen en cantidades considerables y son el carbohidrato suficiente para que el organismo tenga la energía que necesita.

CALORÍAS 1.950 Kcal
CH 43% del aporte calórico total
PROTEÍNAS 8% del aporte calórico total
GRASAS 49% del aporte calórico total



DIETA NORMAL O BASAL

Es un plan alimenticio saludable que incluye una variedad de alimentos saludables de todos los grupos alimenticios.

Se recomienda en cualquier persona sana y tiene como objetivo mantener el buen estado nutricional.

Pueden estar prohibidos los alimentos de doble textura como la sopa con fideos o papa. sin sal - sin lactosa

1-Predominan los carbohidratos complejos frente a los simples, 2- Contienen fibra dietética, en cantidad moderada, 3-Predominan las grasas mono y poliinsaturadas frente a las saturadas, 4 - Aporta menos de 400 mg de colesterol.

calorías 2.200-2.500 kcal - ch 50% del aporte energético total - proteínas 15-20% del aporte energético total. grasas 30-35% del aporte energético total.



DIETA LIQUIDA

Se indica a las personas que necesitan muy poca estimulación gastrointestinal o que estén pasando de la alimentación parental a oral.

se indica en pacientes que tengan dieta progresiva, trastornos de la deglución, estenosis GI, exploraciones GI y post-operatorio de Cirugía General

Los nutrientes que modifica son:
SIN LACTOSA: Cuando se sospeche o confirme intolerancia a dicho carbohidrato - SIN AZÚCAR: Cuando se trate de un paciente diabético.

CALORÍAS 1ra fase son: 500-700 Kcal, 2da fase 1.000-1.300 Kcal - CH 120-150 g 150- es: 180 g - PROTEÍNAS 1ra fase es: 15 g, 2da fase: 30 g, GRASAS 1ra fase: 15 g, 2da fase: 25 g



DIETA DE TRANSICIÓN

Compuesta por alimentos líquidos, semisólidos y sólidos blandos, que precisan poca o nula masticación y elaborados sencillamente de modo que sean de fácil digestión.

Se recomienda en pacientes con: post-operados, procesos infecciosos agudos, inflamaciones del tracto gastro-intestinal

Se modifica en sal, lactosa y sin azúcar.

CALORÍAS 1.400 Kcal - CH 200 g - PROTEÍNAS 50 g - GRASAS 35 g



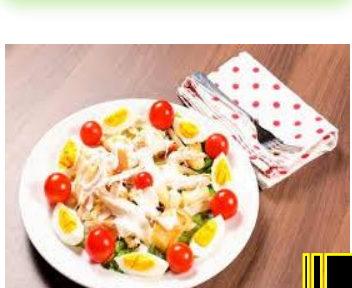
DIETA POR TÚRMIX-BASAL

Valora a los pacientes a que se les ha indicado una dieta por túrmix, según los parámetros que pueden incidir en su estado nutricional.

Se recomienda en pacientes con: Pacientes con problemas importantes de masticación, que no precisan modificaciones de su dieta normal.

Se modifica: SIN SAL - TAMIZADA: Cuando sea necesario disminuir el aporte de fibra.

CALORÍAS 2.000-2.100 Kcal - CH 47% del aporte calórico total - PROTEÍNAS 18% del aporte energético total - GRASAS 35% del aporte energético total - LÍQUIDOS 800-1000 ml/día y FIBRA Moderada.



DIETA SIN RESIDUOS

Es disminuyendo el volumen de las comidas principales e incluyendo tomas suplementarias a media mañana y otra post-cena.

Para pacientes con problemas del aparato digestivo: post-operados, ulcus gastroduodenal, enfermedades inflamatorias del tracto gastrointestinal.

Se modifica: SIN LACTOSA Cuando se sospeche o confirme intolerancia a dicho carbohidrato.

- CALORÍAS 2.300-2.400 Kcal - CH 50% del aporte energético total - PROTEÍNAS 18% del aporte energético total - GRASAS 32% del aporte energético total.



DIETA BLANDA MECÁNICA

Se modifica ligeramente la textura de los alimentos con objeto de facilitar la masticación.

Para pacientes con problemas leves de masticación.

Se modifica: al indicar en órdenes médicas si se precisan - SIN SAL

CALORÍAS 2.400 Kcal - CH 50% del aporte calórico total - PROTEÍNAS 15-20% del aporte calórico total - GRASAS 30-35% del aporte calórico total - FIBRA Cantidad moderada.



DIETA POST-GASTRECTOMÍA

Para pacientes post-gastrectomizados - En pacientes con intestino corto, para endenteecer el tránsito intestinal

Encaminada a evitar los principales problemas derivados de la cirugía gástrica: tránsito acelerado, distensión abdominal, síndrome de Dumping.

Se modifica: al indicar Alimentos sin sal

CALORÍAS 2.000 Kcal - CH 44% del aporte calórico total - PROTEÍNAS 17 % del aporte calórico total - GRASAS 39 % del aporte calórico total y FIBRA Mínima.



DIETA BAJA EN COLESTEROL

Se favorece el aporte de fibra a través de fruta, verdura, legumbres y pan integral.

Para pacientes con Hipercolesterolemia en normopeso y Caso de pacientes en sobrepeso.

Se modifica: al indicar con mínima sal o nada

CALORÍAS 2.300-2.400 Kcal - CH 52% del aporte calórico total - PROTEÍNAS 18% del aporte calórico total y las GRASAS 30% del aporte calórico total Saturadas.



DIETA DE 1.100 CALORÍAS

Es una dieta que se reparte en 5 tomas a lo largo del día, por lo que esta dieta lleva siempre una toma a media mañana

Para pacientes que precisen una restricción calórica muy importante
Obesidad: sean o no sean diabéticos.

Se modifica: al indicar alimentos SIN SAL
CON PAN BLANCO: Cuando se necesite disminuir el aporte de fibra o haya intolerancia al pan integral
DIFERENTES OPCIONES DE LAS TOMAS de Desayuno, Media Mañana y Merienda: de idéntico contenido en carbohidratos, pero con alimentos con diferente efecto glucémico teórico

CALORÍAS 1.150 Kcal
CH 43% del aporte calórico total *
PROTEÍNAS 28% del aporte calórico total
GRASAS 29 % del aporte calórico total
FIBRA Moderada/alta



DIETA BAJA EN PURINAS

Se limita el aporte de alimentos con moderado contenido en purinas: carne, pescado, determinadas verduras y legumbres.

Para pacientes con hiperuricemia, en normo peso o discreto sobrepeso.

Se modifica: al indicar sin SAL

CALORÍAS 2.000 Kcal
CH 48% del aporte calórico total
PROTEÍNAS 22% del aporte calórico total
GRASAS 30% del aporte calórico total
FIBRA Moderad/alta



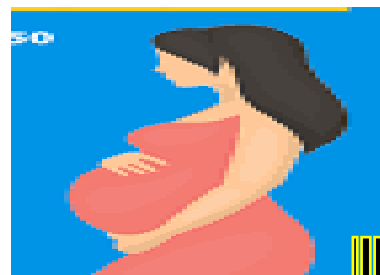
DIETA CONTROLADA EN CALCIO

Dieta con restricción acusada de Calcio, por lo que se eliminan o limitan los alimentos ricos en ese nutriente. Por lo demás cumple los criterios habituales de una dieta completa y equilibrada

Se indica para pacientes con hipercalcemia

Se modifica: al indicar Alimentos sin SAL

CALORÍAS 2.200 Kcal
CH 51% del aporte calórico total
PROTEÍNAS 18% del aporte calórico total
GRASAS 31% del aporte calórico total
FIBRA Moderada
CALCIO 500-550 mg/día



DIETA PARA GESTANTES

El prototipo de dieta para embarazadas, comienza a partir del 2º trimestre de embarazo que no necesiten modificaciones del aporte calórico

Se recomienda en Gestantes en normo peso, a partir del 2º trimestre del embarazo

Se modifica: al indicar alimentos con SAL y SIN AZÚCARES SIMPLES

CALORÍAS 2.200 Kcal
CH 52% del aporte calórico total
PROTEÍNAS 20 G/DÍA (4% del aporte calórico total)
GRASAS 44% del aporte calórico total
SODIO 640 mg/día
POTASIO 1750 mg/día (44 mEq)
LÍQUIDOS 700 ml/día



DIETA DE 40 GRAMOS DE PROTEÍNAS (CON CONTROL DE NA Y K)

Dieta con restricción acusada de proteínas, sodio y potasio, por lo que se eliminan los alimentos con elevado contenido en estos 3 nutrientes

Para pacientes con Insuficiencia renal moderada/severa

Se modifica: al indicar CON SAL y CAMBIO EN EL APOORTE DE LÍQUIDOS

CALORÍAS 1.950 Kcal
CH 43% del aporte calórico total
PROTEÍNAS 8% del aporte calórico total
GRASAS 49% del aporte calórico total
COLESTEROL 500 mg/día
SODIO 500 mg/día
POTASIO 1000 mg/día (25 mEq)
CALCIO 280 mg/día
FÓSFORO 500 mg/día
LÍQUIDOS 500-600 ml/día



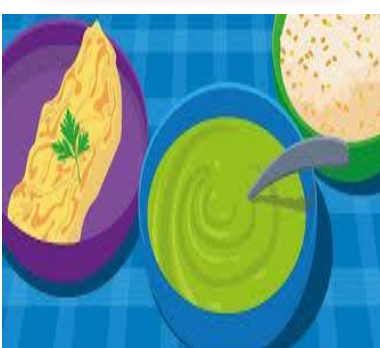
DIETA HIPERPROTEICA

expensas fundamentalmente de las proteínas de origen animal, con el consiguiente incremento del aporte de grasa

Se recomienda para pacientes que precisen mayor aporte proteico, especialmente en situaciones hipercatabólicas: politraumatizados y grandes quemados, en fase de recuperación

Se modifica los alimentos: SIN SAL y DE FÁCIL DIGESTIÓN

CALORÍAS 2.600 Kcal
CH 46% del aporte calórico total
PROTEÍNAS 150-200 g/día (21% del aporte calórico total)
GRASAS 33% del aporte calórico total



DIETA BLANDA FRÍA

Dieta de fácil masticación y deglución, que se administra en 6 tomas al día y servida a temperatura ambiente o inferior.

Se recomienda para pacientes Post-operatorio inmediato de patología orofaríngea

Se modifica los alimentos: importante cantidad de azúcares simples y escasa de complejos y No lleva fibra

CALORÍAS 2.100 Kcal
CH 55% del aporte calórico total
PROTEÍNAS 12% del aporte calórico total
GRASAS 33 % del aporte calórico total
FIBRA Escasa



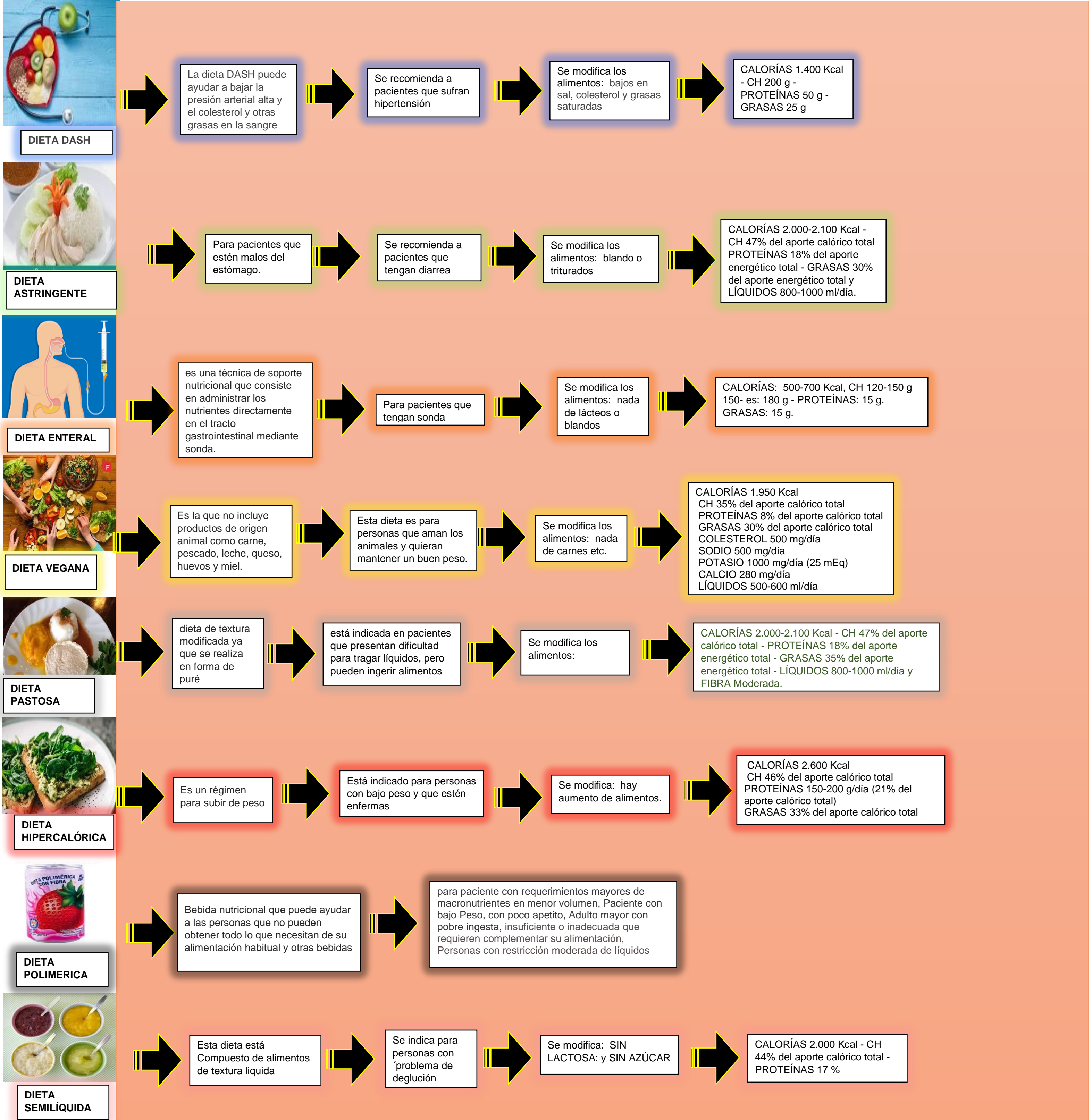
DIETA PARA LA CETOACIDOSIS

La dieta se incrementa en aporte de carbohidratos, disminuyendo el de proteínas y grasas, con objeto de frenar la producción de cuerpos cetónicos

Se recomienda para Pacientes diabéticos en situación de cetosis, sin problemas de tolerancia oral

Se modifica los alimentos: SIN SAL y SIN LACTOSA

CALORÍAS 2.400 Kcal
CH 50% del aporte calórico total
PROTEÍNAS 15-20% del aporte calórico total
GRASAS 30-35% del aporte calórico total
FIBRA Moderada



Bibliografía.
https://www.google.com/search?q=dieta+semiliquida&tbm=isch&ved=https://inafic.com.co/palma/payarte/Documentacion/Macroproceso%20Apoyo%20servicio/Servicio%20alimentacion/Manuales/AS-M02_Manual_Nutricion_Clinica_Dietas_Hospitalarias.pdf
https://www.google.com/search?q=DIETA+PARA+LA+CETOACIDOSIS&tbm=isch&ved=2ahUKEwi7_vvg_uvqAhUSH6wKHZLdBQUQ2-cCegQIABAA&oq=DIETA+PARA+LA+CETOACIDOSIS&gs_lcp=CgNpbWcQA1DzngRYhKYEYNWqBGgAcAB4AIAB-AKIAfGcKqEDMy0xmAEAoAEBqgELZ3dzLXdpei1pbWewAQDAAQE&scient=img&ei=2wYeX_ukD5K-sAWSu5co&bih=526&biw=1093