



**UNIVERSIDAD DEL SURESTE**

**“PASIÓN POR EDUCAR”.**

---

---

**“CUIDADOS NUTRICIONALES CLINICOS”**

ASIGNATURA:

NUTRICION Y DIETETICA

PRESENTA

**BERSAIN ZACARIAS RODRIGUEZ**

BAJO LA DIRECCIÓN DE:

LIC. LISSET DEL CARMEN FLORES VELASQUEZ

CUNDUACAN, TABASCO, A 09 DE OCTUBRE DE 2020

## **CUIDADOS NUTRICIONALES CLINICOS**

### **Concepto de nutrición enteral**

La nutrición enteral es la administración directa al tracto gastrointestinal de todos aquellos nutrientes que necesita la persona para recuperarse y mantener sus funciones vitales. Esa administración de nutrientes se realiza mediante una sonda que puede colocarse en diferentes vías.

Tipo de nutrición que se administra al sistema digestivo en forma de líquido. La toma de bebidas nutritivas o fórmulas alimenticias y la alimentación por sonda son formas de nutrición enteral. Las personas que no pueden satisfacer sus necesidades solamente con alimentos y bebidas, y que no padecen de vómitos o diarrea incontrolable, pueden ser alimentadas por sonda.

### **Ventajas de la nutrición enteral**

Las ventajas de la administración continua de la nutrición enteral son que: a) disminuye la distensión gástrica; b) disminuye el riesgo de broncoaspiración; c) disminuye los efectos metabólicos indeseables como la hiperglucemia; disminución del consumo de oxígeno y la producción de CO<sub>2</sub>; d) menor efecto termogénico; e) se requiere menos calorías para mantener el balance energético; f) existe un menor riesgo de diarreas, y g) facilita la absorción intestinal al tiempo que contribuye a evitar la atrofia del enterocito y la traslocación bacteriana.

### **Nutrición parental**

Es un método de alimentación que rodea el tracto gastrointestinal. Se suministra a través de una vena, una fórmula especial que proporciona la mayoría de los nutrientes que el cuerpo necesita. Este método se utiliza cuando una persona no puede o no debe recibir alimentación por la boca.

La nutrición parenteral (NP) consiste en el aporte de nutrientes al organismo por vía extradigestiva.

## **Ventajas de la nutrición parental**

El aporte de los nutrientes por vía parenteral reviste unas características especiales:

- a) Aporta nutrientes directamente al torrente circulatorio, sin el proceso digestivo y filtro hepático;
- b) Cuando es la única vía utilizable, debe aportar todos los nutrientes esenciales;
- c) Se obvian los mecanismos de regulación de la ingestión y absorción de nutrientes, por lo que debemos evitar desequilibrios en la administración;
- d) Se utiliza en pacientes con alteración de los mecanismos de regulación del medio interno;
- e) Gran facilidad para la incidencia de infección: fácil desarrollo de gérmenes en la mezcla nutritiva, ruptura de barreras defensivas cutáneas, aporte directo a la sangre con fácil diseminación, suele utilizarse en pacientes con afectación inmune por la propia desnutrición o enfermedad de base.

## **Definición de Alergia alimentaria**

Es un tipo de respuesta inmunitaria desencadenada por el consumo de huevos, maní, leche, mariscos u otro tipo específico de alimento.

La alergia alimentaria es una reacción del sistema inmunitario que ocurre poco después de haber ingerido un determinado alimento. Incluso una pequeña cantidad del alimento que causa la alergia puede ocasionar signos y síntomas, como problemas digestivos, urticaria o inflamación de las vías respiratorias. En algunas personas, una alergia alimentaria puede ocasionar síntomas graves o, incluso, una reacción que puede poner en riesgo la vida, denominada «anafilaxis».

## **Definición de Intolerancia Alimentaria**

La intolerancia alimentaria o intolerancia a los alimentos son reacciones adversas del organismo hacia alimentos que no son digeridos, metabolizados o asimilados completa o parcialmente.

Hay que diferenciar dos tipos de intolerancia alimentaria según el proceso por el que ocurren: las intolerancias alimentarias metabólicas y las intolerancias alimentarias inespecíficas. Las primeras se producen porque el organismo no digiere bien o no metaboliza correctamente el alimento, lo cual es debido a un fallo orgánico. Las segundas son debidas a que el organismo no asimila adecuadamente

el alimento, independientemente del estado clínico del individuo, es decir, se produce tanto en personas sanas como no sanas y la intolerancia se la provoca el alimento en sí al organismo y no al revés, como en el primer caso.

### **Diferencia entre alergia alimentaria e intolerancias**

Las alergias alimentarias y las intolerancias alimentarias pueden cursar con síntomas similares, pero se trata de dos afecciones que difieren considerablemente entre sí. Las intolerancias alimentarias, como la intolerancia a la lactosa y la enfermedad celíaca, pueden hacer que una persona se encuentre mal. Pero las alergias alimentarias, no solo pueden hacer que alguien se encuentre mal, sino que pueden ocasionar reacciones de riesgo fatal.

Padecer una intolerancia alimentaria involucra:

- El organismo de la persona no puede digerir correctamente determinado alimento

determinado alimento irrita el sistema digestivo de la persona

Entre los síntomas de la intolerancia alimentaria, se incluyen los siguientes: náuseas, gases, retortijones abdominales, diarrea, irritabilidad, nerviosismo y/o dolor de cabeza.

Una alergia alimentaria ocurre cuando el sistema inmunitario del organismo, que normalmente lucha contra las infecciones, interpreta que determinado alimento es un invasor. Esto provoca una respuesta desproporcionada por parte del sistema inmunitario: la reacción alérgica, en la cual el organismo libera una serie de sustancias químicas, como la histamina. Esta reacción puede ocasionar síntomas como: problemas para respirar, opresión de garganta, tos, ronquera, vómitos, dolor de estómago, urticaria, inflamación o disminución de la tensión arterial.

A pesar de que las reacciones alérgicas que ha presentado una persona en ocasiones anteriores hayan sido de carácter leve, siempre existe la posibilidad de que su próxima reacción alérgica sea de riesgo vital. El hecho de ingerir una cantidad microscópica de determinado alimento, o a veces incluso el mero hecho

de tocarlo o de inhalarlo, puede desencadenar reacciones alérgicas graves. Por este motivo, una persona afectada por una alergia alimentaria debe evitar por completo el alimento problemático y llevar siempre encima un inyectable de adrenalina (o epinefrina).

Contrariamente, muchas personas que padecen intolerancia alimentaria pueden ingerir cantidades reducidas de los alimentos problemáticos sin problemas.

### **Tratamiento dietético para las alergias e intolerancias alimentarias**

En el tratamiento es prioritario conseguir una permeabilidad óptima de las mucosas para evitar que los antígenos que hacen reaccionar al sistema inmune lleguen a la sangre, así como ayudar al hígado para que elimine el exceso de aminos y sustancias tóxicas.

El único tratamiento privado y eficaz en las **alergias** es la prevención. Un control riguroso a la hora de excluir de la dieta todos los alimentos que pueden contener productos o sustancias que las pueden producir.

Cualquier alimento puede producir una reacción alérgica, entre los alérgenos más comunes está la leche, los huevos, el trigo, los frutos secos, el pescado, el marisco, la fruta y las leguminosas.

Los alérgenos de los alimentos son proteínas o glicoproteínas de peso molecular entre 10-60 kDa, solubles en agua, resistentes al calor y estables en un medio ácido.

Los alimentos que producen más alergia son:

- En los niños principalmente la leche, el huevo, el pescado, las legumbres y los frutos secos.
- En los adultos los frutos secos, seguidos del pescado y el marisco.

El único tratamiento privado y eficaz en las **intolerancias alimentarias** es la prevención. Un control riguroso a la hora de excluir el alimento responsable de las INTOLERANCIAS en el caso de las personas sensibles al gluten, a la lactosa y los sulfitos.

## TRATAMIENTO DIETÉTICO – Restricciones de leche según tolerancia

- Leche sin lactosa
- Leche de soja o arroz
- Infusiones
- NO suele afectar a fermentados (yogur y queso)

## TRATAMIENTO DIETÉTICO

- Exclusión rigurosa de leche, derivados y alimentos que contenga proteínas de leche de vaca.
- La alternativa nutritiva a la leche de vaca, se plantea según edad:
  - Continuar con lactancia materna (la madre deberá seguir también una dieta sin leche de vaca)..
  - Fórmulas con hidrolizados de proteínas de leche de vaca.
  - Fórmulas elementales: las proteínas se producen de modo artificial en el laboratorio sin poder alergénico, sin lactosa (Coste elevado)
  - Fórmulas de Soja: Elaboradas con proteínas vegetales, sin lactosa

## TRATAMIENTO

- La dieta sin gluten resolverá los síntomas y permitirá la curación de la lesión intestinal.
- Están disponibles una gran cantidad de productos SIN GLUTEN (harina, panes, pasta...)

Evitar: Alimentos que contienen gluten

- Panes o productos horneados preparados a partir de trigo, cebada o centeno.
- Cereales elaborados a partir de trigo, centeno o cebada. • Pasta preparada a partir de trigo, centeno, cebada o sémola.
- Verdura preparada con crema o bechamel, o empanada.
- Aliños para ensalada, jugo de carne, salsas y sopas preparadas con ingredientes que contienen gluten.

## **Que son las enfermedades cardiovasculares, signos y síntomas y forma de prevención**

El término «enfermedad cardíaca» se usa a menudo de manera indistinta al término «enfermedad cardiovascular». «Enfermedad cardiovascular» a menudo hace referencia a enfermedades que implican un estrechamiento o bloqueo de los vasos sanguíneos que puede provocar un ataque cardíaco, dolor en el pecho (angina de pecho) o accidente cerebrovascular. Otras enfermedades cardíacas, como aquellas que afectan los músculos, las válvulas o el ritmo cardíacos, también se consideran formas de enfermedad cardíaca.

Los síntomas de la enfermedad cardiovascular pueden ser diferentes para los hombres y las mujeres. Por ejemplo, los hombres son más propensos a padecer dolor en el pecho; las mujeres pueden tener otros síntomas junto con el malestar en el pecho, como dificultad para respirar, náuseas y fatiga extrema.

Los síntomas pueden incluir los siguientes:

- Dolor en el pecho, opresión en el pecho, presión en el pecho y molestia en el pecho (angina)
- Dificultad para respirar
- Dolor, entumecimiento, debilidad y sensación de frío en las piernas o brazos si los vasos sanguíneos en esas partes del cuerpo se estrechan
- Dolor en el cuello, la mandíbula, la garganta, el área superior del abdomen o la espalda

### **Prevención**

Ciertas enfermedades del corazón, como los defectos cardíacos, no pueden prevenirse. Sin embargo, puedes ayudar a prevenir muchas otras enfermedades cardíacas haciendo los mismos cambios de estilo de vida que pueden mejorar la enfermedad cardíaca que tienes, tales como:

- Dejar de fumar

- Controlar otras enfermedades, como la presión arterial alta o el colesterol alto y la diabetes
- Hacer ejercicio por lo menos 30 minutos diarios la mayoría de los días de la semana
- Seguir una dieta baja en sal y grasas saturadas
- Mantener un peso saludable
- Reducir y controlar el estrés
- Practicar buenos hábitos de higiene

### **Concepto de cáncer y tratamiento nutricional**

El cáncer es un proceso de crecimiento y diseminación incontrolados de células. Puede aparecer prácticamente en cualquier lugar del cuerpo. El tumor suele invadir el tejido circundante y puede provocar metástasis en puntos distantes del organismo. Muchos tipos de cáncer se podrían prevenir evitando la exposición a factores de riesgo comunes como el humo de tabaco. Además, un porcentaje importante de cánceres pueden curarse mediante cirugía, radioterapia o quimioterapia, especialmente si se detectan en una fase temprana.

Recomendaciones generales sobre nutrición para las personas que reciben tratamiento contra el cáncer:

- **Mantenga un peso saludable.** Para muchas personas, esto significa evitar la pérdida de peso mediante la ingesta de calorías suficientes todos los días. En las personas obesas, esto puede significar bajar de peso. Consulte a su equipo de atención médica si está bien que intente bajar de peso durante el tratamiento. Puede ser mejor esperar hasta que finalice el tratamiento. Si está bien que lo haga, la pérdida de peso debe ser moderada, lo que significa aproximadamente una libra por semana.
- **Obtenga nutrientes esenciales.** Estos incluyen proteínas, carbohidratos, grasas y agua.
- **Sea lo más activo posible.** Por ejemplo, haga una caminata diaria. Si permanece sentado o duerme demasiado, puede perder masa muscular y aumentar la grasa corporal, incluso si no aumenta de peso.

## DIETAS HOSPITALRIAS Y LAS PATOLOGIAS

<b>Dieta de líquidos claros:</b>	<b>Alimentos permitidos</b>	<b>Alimentos no permitidos</b>
<p>Lo que se busca con esta dieta es el estímulo de la secreción gástrica y pancreática, así como la motilidad intestinal; se proporcionan líquidos a temperatura ambiente y es importante señalar que este régimen no cubre los requerimientos energéticos de macronutrientes (proteínas, hidratos de carbono y lípidos) y micronutrientes (vitaminas y nutrientes inorgánicos), aporta entre 500 a 600 kcal y de 120 a 130 g de hidratos de carbono, no se recomienda su uso durante tiempo prolongado (2 a 3 días), al no cubrir los requerimientos de nutrientes inorgánicos no puede restituir electrolitos, y es recomendable reponerlos por medio de soluciones intravenosas hasta avanzar a la siguiente dieta.</p> <p>Esta dieta se recomienda en las siguientes situaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Antes de cirugías o estudios de intestino (colonoscopia)</li> <li>• Después de cirugías, sobre todo de abdomen, para evaluar el íleo.</li> <li>• En la transición de nutrición enteral o parenteral total a vía oral.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Tés.</li> <li>➤ Caldos desgrasados.</li> <li>➤ Jugos de frutas transparentes (que se vean a través del vaso).</li> <li>➤ Gelatinas de agua.</li> <li>➤ Miel.</li> <li>➤ Nieves.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Leches</li> <li>➤ Bebidas a base de leche</li> <li>➤ Atoles</li> <li>➤ Jugo con pulpa</li> </ul>

<b>Dieta de líquidos completos:</b>	<b>Alimentos permitidos</b>	<b>Alimentos no permitidos</b>
<p>Esta dieta también se le conoce como dieta de licuados; se caracteriza por proporcionar al paciente los nutrimentos en cantidad suficiente, El problema de la dieta de líquidos completos es su bajo nivel en fibra por lo que su uso prolongado puede causar estreñimiento. Una dieta de líquidos completos estándar puede proporcionar entre 1 200 a 1 800 kcal, 45 g de proteína, 50 g de lípidos y 150 g de hidratos de carbono, aunque se puede aumentar el contenido nutricional de acuerdo con las necesidades del paciente.</p> <p>Se recomienda en:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pacientes que no puedan masticar: cirugías maxilofaciales o traumatismos en cara y cuello.</li> <li>• Pacientes con estenosis esofágica grave.</li> <li>• Pacientes con obstrucción esofágica.</li> <li>• Recuperación de cirugías del tracto gastrointestinal que toleraron bien la dieta de líquidos claros y se desea evaluar tolerancia a los alimentos complejos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Caldos y consomés desgrasados.</li> <li>➤ Sopas tipo crema coladas.</li> <li>➤ Galletas Marías licuadas.</li> <li>➤ Atoles de maíz, avena.</li> <li>➤ Frutas de fácil digestión licuadas.</li> <li>➤ Verduras de fácil digestión licuadas.</li> <li>➤ Huevo tipo poché hervido por 3 minutos.</li> <li>➤ Carne de pollo y res cocida.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Leche para personas intolerante a la lactosa</li> </ul>

<b>Dieta blanda mecanica:</b>	<b>Alimentos permitidos</b>	<b>Alimentos no permitidos</b>
<p>La dieta blanda mecánica es aquella que facilita la masticación al paciente, se le conoce también como dieta suave, los alimentos deben ser libres de puntas o picos que puedan dañar la boca, como son galletas duras, totopos, tostadas o palomitas.</p> <p>Este tipo de dieta se recomienda en pacientes con:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Transición de una dieta de líquidos completos o purés a dieta normal.</li> <li>• Pacientes con laceraciones en boca: mucositis, estomatitis.</li> <li>• Pacientes con estenosis moderada de esófago.</li> <li>• Alteraciones en la motilidad del esófago y estómago.</li> <li>• Pacientes con dificultad para masticar por pérdida de piezas dentales o edad avanzada.</li> <li>• Pacientes en quimio o radioterapia.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Sopas de pasta.</li> <li>➤ Consomés desgrasados.</li> <li>➤ Sopas tipo crema.</li> <li>➤ Carne de res, cerdo, pollo y pescado, guisadas.</li> <li>➤ Huevo.</li> <li>➤ Quesos frescos como panela, Oaxaca, canasto.</li> <li>➤ Leche descremada, yogurt.</li> <li>➤ Panes (pan de caja) y cereales suaves (avena cocida)</li> <li>➤ Verduras cocidas.</li> <li>➤ Frutas suaves o cocidas</li> </ul>	

<b>Dieta blanda quimica:</b>	<b>Alimentos permitidos</b>	<b>Alimentos no permitidos</b>
<p>La dieta blanda química brinda al paciente alimentos poco condimentados, bajos en grasa, hidratos de carbono simples y bajo</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Sopas de pasta.</li> <li>➤ Consomés desgrasados.</li> </ul>	

<p>contenido de fibra, también se le conoce como dieta sin irritantes.</p> <p>Esta dieta se recomienda en pacientes con:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Gastritis, colitis.</li><li>• Esofagitis.</li><li>• Transición de dieta de líquidos completos o purés a dieta normal.</li><li>• Pacientes con quimio o radioterapia</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Sopas tipo crema sin grasa.</li><li>➤ Carne de res, cerdo, pollo y pescado; evitar alimentos fritos, capeados, empanizados, rostizados, (preparaciones con mucha grasa).</li><li>➤ Huevo.</li><li>➤ Quesos frescos como panela, Oaxaca, canasto.</li><li>➤ Leche descremada, yogurt.</li><li>➤ Panes y cereales integrales.</li><li>➤ Verduras de fácil digestión, evitar aquellas que formen gases (col, coliflor, brócoli, calabaza).</li><li>➤ Frutas suaves, evitar las que se comen con semillas</li></ul>	
--	---	--

<b>Dieta Hipercalórica:</b>	<b>Alimentos permitidos</b>	<b>Alimentos no permitidos</b>
<p>Los pacientes requieren mayor energía de lo “normal”, es decir, respecto a su requerimiento en condiciones sanas, algunas patologías causan estrés en el organismo y originan que los requerimientos se eleven, estas condiciones son:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Elevación de la temperatura corporal de manera sostenida. Se recomienda aportar 10% extra de calorías por cada grado elevado.</li> <li>• Condiciones neurológicas: cirugías de cabeza, enfermedad de Parkinson.</li> <li>• Pacientes con quemaduras de segundo y tercer grado.</li> <li>• Pacientes con desnutrición energética y proteínica energética.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Mantequilla</li> <li>➤ Nueces</li> <li>➤ Cacahuates</li> <li>➤ Pepitas</li> <li>➤ Crema de cacahuete</li> <li>➤ Azúcar</li> <li>➤ Miel</li> <li>➤ Mermelada</li> </ul>	

<b>Dieta Hipocalórica:</b>	<b>Alimentos permitidos</b>	<b>Alimentos no permitidos</b>
<p>Los esquemas hipocalóricos deben de usarse con mucho cuidado, ya que pueden llevar al paciente a una mala nutrición. En la actualidad se recomienda que no se prescriban dietas de menos de 1 200 Kcal, pues con menos energía el paciente presentará deficiencia de vitaminas y</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Cereales integrales</li> <li>➤ Verduras</li> <li>➤ Frutas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Fritos</li> <li>➤ Capeado,</li> <li>➤ Empanizado,</li> <li>➤ Rostizado</li> <li>➤ Rebozado</li> <li>➤ Crema</li> </ul>

<p>nutrimentos inorgánicos. Se utilizan las dietas hipocalóricas en pacientes con obesidad, para que el equilibrio energético sea negativo y de esta manera llegar al peso deseado. Sin embargo, a pacientes con patologías como el hipotiroidismo no controlado, dislipidemias y síndrome metabólico, este tipo de dietas también los puede beneficiar.</p>		
--	--	--

<b>Dieta en pure:</b>	<b>Alimentos permitidos</b>	<b>Alimentos no permitidos</b>
<p>Al igual que la dieta de líquidos completos, ésta puede aportar el requerimiento total del paciente. Esta dieta se usa en:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pacientes que no pueden deglutir con facilidad.</li> <li>• Pacientes con reflujo grave.</li> <li>• Pacientes en rehabilitación maxilofacial.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pure de papa</li> <li>➤ Pure de platano</li> <li>➤ Pure de pollo</li> <li>➤ Pure de zanahoria</li> <li>➤ Pure de pera</li> <li>➤ Pure de manzana</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Galletas duras</li> <li>➤ Totopos</li> <li>➤ Tostadas</li> <li>➤ Palomitas</li> </ul>

<b>Dieta Hiposódica</b>	<b>Alimentos permitidos</b>	<b>Alimentos no permitidos</b>
<p>La dieta hipocalórica es aquel régimen dietético que fundamenta su aplicación en la restricción calórica diaria, o la reducción en la ingesta de alimentos. Es la más habitual de las dietas que aplican y diagnostican los médicos en los casos de pérdida de peso. Suele tener efectos secundarios como el efecto de rebote.</p>	<p>Carnes, aves, vísceras (lengua, riñones, hígado), embutidos sin sal.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pescados frescos de agua dulce o de mar.</li> <li>➤ Huevos.</li> <li>➤ Lácteos: leche, yogures, petit-suisse, cuajada, requesón, queso sin sal.</li> <li>➤ Pan y biscotes sin sal, harina, pastas alimenticias, cereales.</li> <li>➤ Patatas, legumbres, verduras, hortalizas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Ablandadores de carne, Alimentos ahumados (Embutidos, Pescados, quesos etc.)</li> <li>➤ Alimentos envasados: (Aceitunas, Mostaza, Salsa cátsup, Salsa valentina etc.).</li> </ul>

## REFERENCIA

➤ Nutrición clínica

<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/biblioteca/92097ed95d0a451901893656bd61a2a5.pdf>

➤ Leopoldo Vega Franco María del Carmen Iñarritu Pérez. (2010). Fundamento de Nutrición y Dietética. México, D.F.: Pearson Educación de México.

➤ <https://www.universidadviu.com/nutricion-enteral/>

➤ <https://www.cancer.gov/espanol/publicaciones/diccionario/def/nutricion-enteral>

➤ [http://www.seom.org/seomcms/images/stories/recursos/infopublico/publicaciones/soporteNutricional/pdf/cap\\_12.pdf](http://www.seom.org/seomcms/images/stories/recursos/infopublico/publicaciones/soporteNutricional/pdf/cap_12.pdf)

➤ <https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/000817.htm>

➤ <https://kidshealth.org/es/parents/allergy-intolerance-esp.html>

➤ <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/food-allergy/symptoms-causes/syc-20355095>

➤ <https://clinicadenutricionmadrid.es/test-de-intolerancia/intolerancia-alimentaria/>

➤ <https://www.who.int/topics/cancer/es/#:~:text=El%20c%C3%A1ncer%20es%20un%20proceso,en%20puntos%20distantes%20del%20organismo.>

➤ <https://www.cancer.net/es/sobrevivencia/una-vida-saludable/recomendaciones-sobre-nutrici%C3%B3n-durante-el-tratamiento-y-despu%C3%A9s-de-este>