



# UNIVERSIDAD DEL SURESTE

---

**CARRERA:**

NUTRICION

**MATERIA:**

NUTRICION EN ENFERMEDADES  
GASTROINTESTINALES

**TEMA:**

CUADRO SINOPTICO DE NUTRICION EN  
PACIENTES INMUNOCOMPROMETIDOS

**ALUMNO:**

PUI RAMIREZ MANSENG

**LUGAR:**

TAPACHULA DE CORDOBA Y ORDOÑEZ, CHIAPAS

**03 DE NOVIEMBRE DEL 2020**

huésped **inmunocomprometido**

es un paciente que ya sea por su enfermedad de base o por su tratamiento presenta alteraciones en su sistema inmunológico

y es susceptible de adquirir infecciones, especialmente intrahospitalarias.

Alimentación inocua para evitar enfermedades transmitidas por alimentos

Lácteos

Leche y manteca pasteurizada, leche en polvo preparada con agua hervida durante 1 min. Queso empaquetado de fabrica y hecho con leche pasteurizada, yogurt pasteurizado, helados solo envasados y comercializados, rotulados, licuados de leche hechos en casa

Verduras

Todas las verduras lavadas y cocidas, verduras congeladas lavadas y cocidas, legumbres bien cocidas, verduras y legumbres comercialmente enlatadas y cocidas. Lavar muy bien todas las frutas y verduras con agua corriente, incluida la piel que se pelará antes de cocinar o comer. Comprar solo jugos de frutas y verduras pasteurizados. Evitar comprar frutas o verduras precortadas en la tienda de comestibles o en los restaurantes. No comer brotes de verduras crudas

Pan, cereales y productos de cereales

Todos los panes, bagels, panecitos ingleses, panqués, hot cakes, pan dulce, waffles y pan francés. Arroz, harina de maíz, harina de trigo, bien cocidas, , totopos de maíz, pretzels, palomitas de maíz. Granos cocidos o productos de granos, como la pasta y el arroz . Todos los cereales, cocinados y listos para comer

Carnes, huevos y pescado

Todas las carnes bien cocinadas o carnes enlatadas. Huevos cocinados hasta que la yema y la clara están firmes. Huevos pasteurizados y sustitutos de huevo pasteurizados y claras de huevo en polvo. Salami, bologna, salchichas, jamón y otros embutidos envasados en la fábrica, calentados hasta que les salga vapor . Pescado ahumado enlatado y estable en conservación. Pescados y mariscos refrigerados ahumados como el salmón o la trucha si se cocinan a 160 °F o si forman parte de un platillo cocinado

Bebidas

agua de pozo hervida. Aguas destiladas, de manantial y naturales envasadas comercialmente. Todas las bebidas enlatadas, embotelladas y en polvo. Café y té instantáneo y de cafetera, té frío elaborado con agua hirviendo. Tés de hierbas usando bolsitas de té empaquetadas comercialmente. Suplementos nutricionales comerciales, tanto líquidos como en polvo. Fórmulas infantiles comercialmente estériles listas para tomar y en concentrado líquido

Grasas

El paciente inmunocomprometido podrá ingerir aceite y manteca. Manteca, margarina, mantequilla refrigerada. Mayonesa y aderezos para ensalada estables en conservación. Salsas para carne y otras salsas cocinadas

Condimentos

Puede consumir todo tipo de condimento siempre y cuando se hayan agregado a los alimentos antes de su cocción

Otros

El paciente puede comer miel comercial pasteurizada de calidad, sal, azúcar granulada, azúcar moscabado, jalea, mermelada, jarabes. Catsup, mostaza, salsa BBQ, salsa de soya, otros condimentos. Pepinillos en vinagre, condimento de pepinillos, aceitunas (refrigerados después de abrir) • Vinagre

Nutrición en los pacientes inmunodeprimidos

Nutrición en los  
pacientes  
inmunodeprimidos

Limpieza

- Lavarse las manos con agua tibia y jabón durante 20 segundos antes y después de preparar sus alimentos, y antes de comer.
- Lavarse bien las manos con agua limpia y secarse con una toalla.
- Lavar los utensilios, tablas de cortar y encimeras con agua caliente y jabonosa.
- Lavar bien las frutas y verduras con agua corriente antes de pelarlas o cortarlas. No lavarlas con jabón, detergentes ni soluciones de cloro.

Separar alimentos y  
utensilios

- Utilizar tablas de cortar separadas para carne cruda, pescado y aves de corral de otros alimentos.
- Mantener la carne cruda, el pescado y las aves de corral separados en una bolsa de plástico en el carrito de comestibles.
- Marinar siempre la comida en el refrigerador. La salsa que se utiliza para marinar la carne cruda no debe usarse nuevamente con alimentos cocidos.
- No colocar nunca los alimentos cocinados en el mismo plato en el que colocó los alimentos crudos.

Cocción de alimentos

Asegúrese de cocinar bien la carne, las aves, los huevos y los mariscos usando un termómetro de carne

Mantener los  
alimentos fríos

- Mantener la temperatura del refrigerador por debajo de 40 grados F.
- No descongelar nunca la carne, el pescado o las aves de corral sobre la mesada a temperatura ambiente. Descongelar en el microondas, en el refrigerador o en el agua que se cambia cada 30 minutos.
- Colocar los alimentos percederos en el refrigerador en un plazo de 2 horas después de servirlos. Los huevos o los alimentos lácteos no deben dejarse fuera durante más de 1 hora.
- Usar los alimentos descongelados inmediatamente y no volverlos a congelar.
- Comprobar las fechas de los paquetes detenidamente. Desechar los productos vencidos y los alimentos mohosos.