



Nombre de alumno: Elisa Fernanda Navarro Arizmendi

Nombre del profesor: Daniela Monserrat Méndez

Nombre del trabajo: Mapa conceptual

Materia: Planeación Dietética

Grado: 2°

Grupo: LNU

Dietas terapéuticas básicas.

Dieta hídrica, líquida y blanda.

Dieta líquida: Es aquella que no contiene alimentos sólidos, prescritas normalmente para enfermedades gastrointestinales o antes o después de ciertos tipos de cirugía; hay dos tipos de dietas líquidas 1. dieta de líquidos claros. 2. dieta líquida completa.

Dieta hídrica: Consiste en ingerir solamente agua y complejos de vitaminas y minerales. En esta dieta la glucosa que necesita el cerebro será extraída de glucógeno almacenado en el hígado. La finalidad es mantener hidratado al paciente, disminuir al máximo el trabajo gastrointestinal.

La dieta blanda es un tipo de dieta recomendada para mitigar problemas relacionados con el aparato digestivo de tipo gástrico o como dispepsia. El objetivo de la **dieta blanda** es que sea **fácil de digerir** y que **no estimule la secreción gástrica**. Se caracteriza por:

- No contiene irritantes, picantes o condimentos en exceso.
- Es moderada en grasas.

Dieta hipocalórica.

Controla y limita las calorías que podemos consumir para perder peso de forma segura. Sus menús están compuestos por alimentos bajos en calorías, como los vegetales y las frutas, ingeridos en crudo o cocinados de forma sana, como al vapor, a la plancha o al horno.

Dieta hipercalórica.

Dieta que aporta diariamente una cantidad total de calorías superior a las calorías "quemadas" o al gasto energético del individuo.

Así el balance energético diario de la persona que sigue este tipo de dieta será positivo y dará lugar a un aumento de peso corporal que podrá desencadenar un estado de sobrepeso o de obesidad.

El ritmo de incremento de peso dependerá del balance energético, de la magnitud en la que la ingesta supera a la demanda energética.

Dieta hipoproteica.

Son aquellas que limitan el aporte de proteínas al organismo, deben de ser estrechamente vigiladas en periodos de crecimiento y embarazo.

Se disminuye la cantidad de proteínas y se utiliza en caso de insuficiencia renal y hepática

Dieta hiperproteica.

Se denominan **dieta hiperproteica** aquella que aporta más de 1,5 gramos de proteína por cada kilo de peso ideal del individuo.

Una dieta alta en proteínas o dieta hiperprotéica se recomienda a menudo a los culturistas y por especialistas en nutrición para ayudar a aumentar la masa muscular y consecuentemente a perder grasa.

Dieta hiposódica.

La **dieta hiposódica** o **baja en sodio**, es aquella dieta que **controla los niveles de sodio (sal) en las comidas**, también es aquella que no sólo controla los niveles de sal de más, sino a los alimentos que no llevan exceso de sodio.

Normas prácticas en alimentación enteral

Si la alimentación se efectúa a través del tubo digestivo, se trata de la nutrición enteral. Si debe efectuarse por vía endovenosa, nutrición parenteral.

La nutrición enteral consiste en la administración por vía digestiva de alimentos especiales, llamados dietas enterales, que el paciente recibe en general a través de una sonda de alimentación.

La **nutrición parenteral** no usa la digestión normal en el estómago e intestinos. Es una mezcla de alimentación especial líquido que se provee a la sangre a través de una catéter (IV) intravenoso (jeringa en la vena). La mezcla **contiene** proteínas, carbohidratos (azúcar), grasas, vitaminas, y minerales (como el calcio).

Bibliografía: Antología Planeacion dietetica UDS