



**ALUMNO: KARINA LISSETH GARCÍA GARCÍA.**

**PROFESOR: GABRIELA EUNICE GARCÍA.**

**NOMBRE DEL TRABAJO: DIETOTERAPIA EN LAS ENFERMEDADES.**

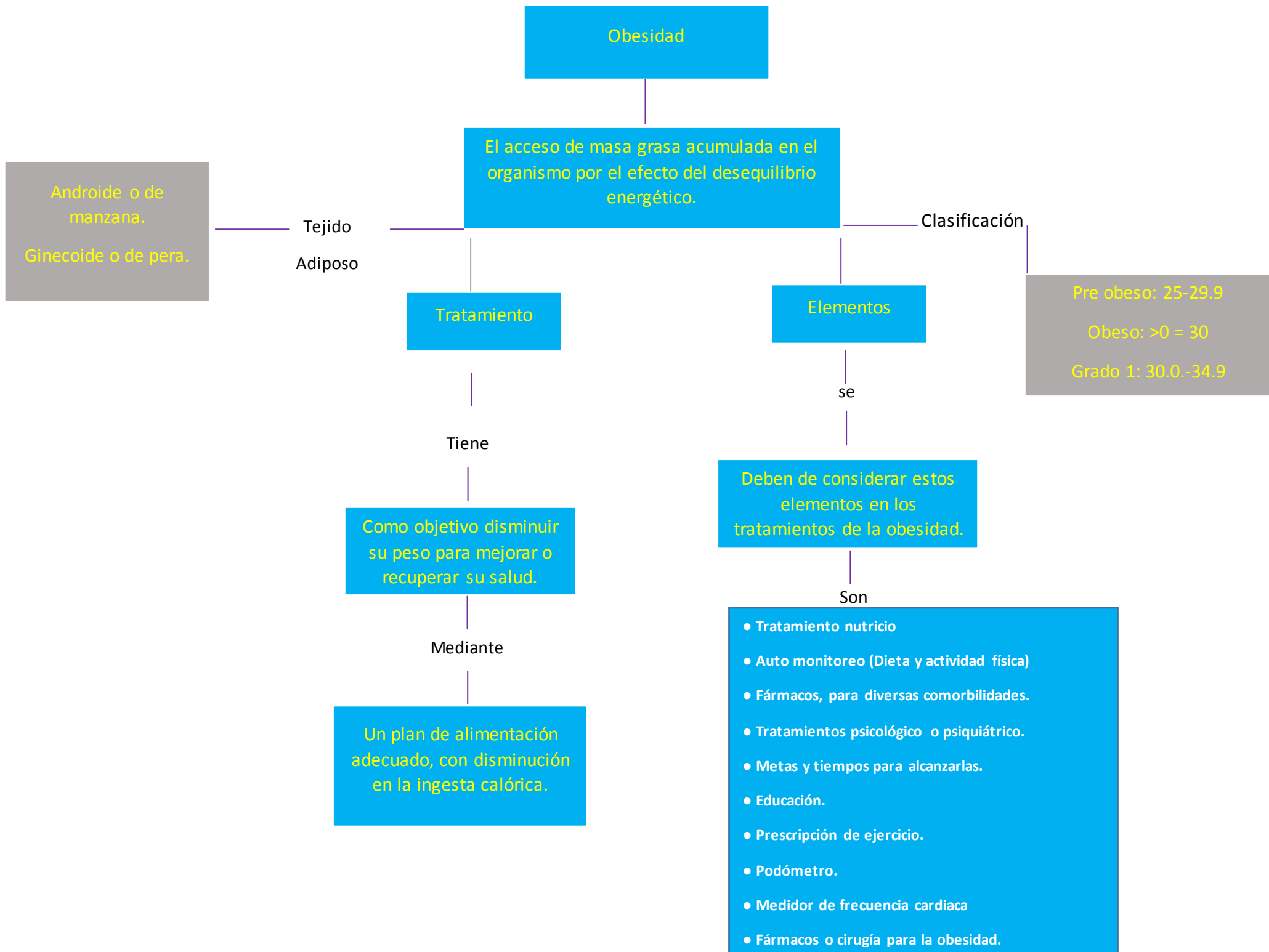
**LICENCIATURA: LIC. EN ENFERMERÍA.**

**MATERIA: NUTRICIÓN CLÍNICA.**

**GRADO: 3° CUATRIMESTRE.**

**GRUPO: "A".**

**FRONTERA COMALAPA, CHIAPAS A 30 DE JULIO DEL 2021.**



# Anemia

La deficiencia en el tamaño o el número de los hematíes, o en la actividad de hemoglobina que contiene con limitación consiguiente del intercambio de oxígeno y dióxido de carbono entre la sangre y las células tisulares.

## Tipos de anemia

Es

Macrocitica (Grande)  
Normacitica (Normal)  
Microcitica (pequeño)  
Hipocromica (Color pálido)  
Normocromica (Color normal)

## Origen

Falta de nutrientes como el hierro, la vitamina B12, ácido fólico.

También

Por hemorrágicas, factores genéticos, enfermedades crónicas y por interacción de fármacos.

## Alimentos

Incluir

Alimento que contenga vitamina C. Hígado pepitas de calabaza leguminosas, mariscos, cereales, vitaminas B12 (Almejas, ostiones, atún, leche y yogurt), ácido fólico (garbanzas, espinacas, frijoles, jugo de naranja)

# Hipertensión arterial

El aumento persiste de la presión arterial, la fuerza ejercida por unidad de área sobre las redes de las arterias.

## Origen

Debido

Al sobre peso y a la obesidad por una alimentación no adecuada, (alta en sodio) etc.

## Tratamiento

Disminuir los valores de presión arterial para evitar complicaciones cardiovasculares, renales, y cerebrovasculares.

Se divide

Por hemorrágicas, factores genéticos, enfermedades crónicas y por interacción de fármacos.

## Consideraciones dietéticas

Son

- Aumentar el consumo de frutas y verdura.
- Realizar las cinco comidas
- Consumir lácteos bajos en grasa.
- Disminuir el consumo de carne y aumentar el consumo de pollo y pescado.
- Consumir cereales integrales.
- Restricción moderada hasta severa de sodio.

# Diabetes

Un grupo de enfermedades caracterizadas por concentraciones altas de glucosa en sangre a causa de defectos en la secreción y la acción de la insulina.

## Tipos

Son

Diabetes tipo 1  
Diabetes tipo 2  
Diabetes gestacional  
Prediabetes

## Tratamiento

Esta

En función de su tipo, todos los tratamientos tienen el mismo objetivo disminuir y controlar.

## Alimentación

La

Diabetes tipo 2: cambios en los hábitos alimentarios y en el estilo de vida. Hipoglucemiantes o insulina.

Diabetes gestacional: es similar al de la diabetes tipo 2.

Se debe

Eliminar el azúcar, dulces, chocolates, miel y utilizar sustitutos de azúcar.