

Cuadro sinóptico



Nombre del alumno: Carla Karina Calvo Ortega

Nombre del tema: Normas para la elaboración de una dieta básica

Parcial: 2

Nombre de la materia: Planeación dietética

Nombre del profesor: Lic. Daniela Monserrat Méndez Guillen

Nombre de la Licenciatura: Nutrición

Cuatrimestre: Segundo

Fecha: 11 de febrero del 2022

NORMAS PARA LA ELABORACIÓN DE UNA DIETA BÁSICA

Dieta familiar y de colectividades

Alimentación Colectiva { Se hace para un mayor numero de personas a lo que abarca un grupo familiar.

Tipos de alimentación colectiva tradicional { Los establecimientos de comida su función es elaborar comidas de calidad. Dentro de este grupo están los restaurantes de distinta categoría, autoservicios, bar, bufets, cafeterías, pizzerías, sandwicherías, hamburgueserías, etc.

Social { Son servicios de alimentación para grupos de colectividades que se hallan en un lugar determinado a la hora de comer y que no pueden desplazarse del lugar donde realizan su actividad.

Las industrias de alimentación comercial { Se dedican a la elaboración de comidas en cantidades más o menos importantes con el objetivo de comercializar su producción { Ofrecen una buena relación calidad-precio, también garantizan un sistema de seguimiento para asegurar la calidad de la alimentación

Control y seguimiento de dietas

El estado de nutrición de un individuo es resultado del equilibrio entre lo que ingiere y lo que gasta su organismo

Objetivos de la evaluación dietética y seguimiento de dietas

Las principales causas de muerte se vinculan con la alimentación, ya sea en su origen o su tratamiento. Un objetivo de la evaluación de la dieta, es la generación de políticas públicas que apunten a modificar las condiciones de riesgo detectadas.

La evaluación de la dieta también puede tener fines comerciales, de tal forma que la industria alimentaria modifica su oferta en función de los resultados de estudios sobre la alimentación y la salud de los consumidores.

Estudio de la ingesta de alimentos de individuos y grupos

Los métodos de evaluación dietética constituyen una herramienta fundamental en la determinación de la ingesta de alimentos de grupos poblacionales. Cada método tiene sus ventajas y desventajas

Método por recordatorio de 24 horas

La importancia de este método es que permite obtener información detallada de los alimentos y el método de preparación empleado. Una desventaja es que no conviene usarlo en estudios individuales, porque la ingesta dietaría varía ampliamente y es de elevado costo.

Frecuencia de consumo

Es un método que provee información sobre los grupos de alimentos y alimentos típicos consumidos, refleja el consumo habitual de los alimentos

Planteamiento general de un estudio dietético

Es un método clásico del análisis y el estudio de la ingesta dietética alimentaria.

Consta de tres componentes que proporcionan una información global del patrón de ingesta habitual del individuo y también información detallada sobre algunos alimentos

La información se recoge en una entrevista y requiere encuestadores cualificados con gran experiencia

Se usa más en la práctica clínica

Bibliografía:

Universidad del Sureste. (2022). Antología de planeación dietética. Unidad 2. Páginas 56-63. Recuperado de

<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LNU/c3fe9dbd6d9c6853417a20dca3e5867c-LC-LNU201.pdf>