



Súper nota

Nombre del Alumno: Carla Karina Calvo Ortega

Nombre del tema: Dietas terapéuticas básicas

Parcial: 4

Nombre de la Materia: Planeación dietética

Nombre del profesor: Lic. Daniela Monserrat Méndez Guillen

Nombre de la Licenciatura: Nutrición

Cuatrimestre: Segundo

Fecha: 31 de marzo del 2022

DIETAS TERAPÉUTICAS BÁSICAS

DIETA LÍQUIDA Y BLANDA

Son dietas utilizadas en el ámbito hospitalario y ambulatorio, en pacientes con situaciones específicas que necesitan un cambio en la textura en su dieta o una mínima estimulación gastrointestinal. Las dietas líquidas pueden ser completas o incompletas, según que proporcionen la totalidad de los nutrientes y energía que precisa un paciente o únicamente una parte. La dieta semilíquida, es un paso intermedio entre la dieta líquida y la blanda.



DIETA HIPOCALÓRICA



Es una dieta que aporta menos de 800 kcal/día con el objetivo de maximizar los resultados de la restricción calórica en el tratamiento del exceso ponderal. Se consigue una máxima pérdida rápida de peso a expensas básicamente de la masa grasa. Las dietas hipocalóricas se caracterizan por tratar de compensar las pérdidas nitrogenadas del cuerpo, por lo que suelen ser hiperproteicas y pobres en lípidos e hidratos de carbono. El ejercicio ayuda a mantener el diferencial entre energía ingerida y consumo energético, al mantener algo más alta la tasa metabólica.

DIETA HIPERCALÓRICA

Es una dieta pensada para lograr un aumento de peso, mejorando la calidad y cantidad de lo que se come. Normalmente se utiliza para aumentar masa muscular. Las calorías deben aumentarse a expensas de la calidad y la cantidad de alimentos ingeridos: aumento de los hidratos de carbono y de las proteínas, en menor medida de las grasas porque son más saciantes. Las proteínas deben ser suficientes, entre 1 y 1,5 gr/kg de peso.



DIETA HIPOPROTEICA

Las recomendaciones de ingesta proteica varían en función del estadio del paciente. La dieta hipoproteica recomienda una restricción moderada de la ingesta de proteínas en paciente con diálisis, la ingesta debe de ser mayor para compensar el carácter catabólico de la técnica.



DIETA HIPERPROTEICA



Se basa en un aumento del consumo de alimentos ricos en proteínas como las carnes y los huevos, disminuyendo el consumo de alimentos ricos en carbohidratos como el pan y la pasta. Ingerir más proteínas ayuda a disminuir el hambre y aumentar la sensación de saciedad, esto ocurre debido a que actúa sobre los niveles de grelina y otras hormonas que se encargan de regular el apetito.

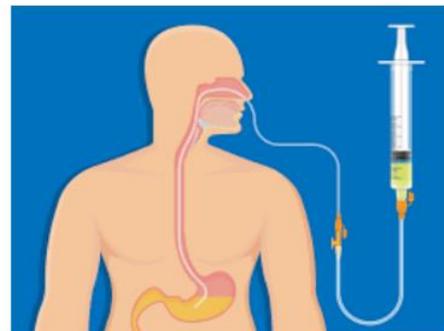
DIETA HIPOSÓDICA

Es una dieta en la que el sodio está restringido. El grado de restricción debe basarse en la gravedad de la enfermedad y en la respuesta del paciente. La restricción puede ser muy severa o, por el contrario, muy moderada, por lo que se hace necesaria una clasificación: hiposódica estándar. Contiene de 1500 a 3000 mg de Na (error del 20 %). Hiposódica estricta. Contiene de 600 a 1000 mg de Na. Hiposódica núm. 3 (severa). Contiene de 200 a 400 mg de Na.



ALIMENTACIÓN ENTERAL Y PARENTERAL

Los pacientes pueden recibir nutrición artificial de estas maneras: **alimentación enteral** (a través de una sonda colocada en el estómago o el intestino delgado; **alimentación parenteral** (a través de una sonda insertada en una vena mediante la cual los nutrientes ingresan a la sangre directamente). Los alimentos empleados para la NE deben presentarse en forma líquida, homogénea, sin grumos, y con un grado de viscosidad tal que permita su paso a través de una sonda delgada, de 2 a 3.5 mm de diámetro interior.



Bibliografía:

Universidad del Sureste. (2022). Antología de planeación dietética. Unidad 4. Recuperado de <https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LNU/c3fe9dbd6d9c6853417a20dca3e5867c-LC-LNU201.pdf>