



Nutrición



universidad del sureste
campus Comitán

Licenciatura en medicina humana

Manual de Dietas

Nombre del alumno:

Limberg Emanuel Altuzar López

Grado: 3

Grupo: A

Materia: Nutrición

Nombre del docente:

Lic. Daniela Monserrat Méndez Guillen

Comitán de Domínguez Chiapas a 30 de diciembre de 2022.



La correcta nutrición
mejora la calidad de vida

Índice

Introducción	5
Objetivos	6
Angina de pecho (Estable e inestable)	7
Cáncer cervicouterino	8
Cáncer de mama	9
Cáncer de páncreas	10
Cáncer de próstata	11
Cáncer hepático	12
Cáncer renal	13
Cáncer testicular	14
Cetoacidosis diabética	15
Cirrosis hepática no alcohólica	17
Colectomía	18
COVID	19
Diabetes gestacional	20
Diabetes mellitus I	21
Diabetes mellitus II	22
Diálisis	24
Dislipidemia	26
Divertículos	27
EPOC	28
ERGE	29
Esófago de Barrete	31
EVC	32

Gastritis	33
Hemicolectomía derecha e izquierda	34
Hemodiálisis	35
Hepatitis	36
Hipertensión arterial	37
Hipertiroidismo	38
Hipotiroidismo	39
Ileostomía.....	40
IRA.....	41
IRC.....	43
Litiasis biliar.....	44
Litiasis Renal.....	45
LUPUS.....	46
Obesidad	47
Obstrucción biliar	49
Resección Parcial	50
Sigmoidectomía	51
Síndrome de Cushing	52
Síndrome de intestino corto.....	53
VIH.....	54
Conclusión.....	55
Bibliografías.....	56

Introducción

Como trabajo final; se elabora dietas con recomendaciones, en las cuales debemos de tener conocimiento, para un manejo eficiente de la alimentación de nuestro paciente, debido a que existen distintas patologías en las cuales el metabolismo se ve afectado, a esto llegamos a delimitar o recalcar a los alimentos permitidos y no permitidos.

Este es un trabajo de investigación en el cual se emplearon distintas fuentes para la obtención de información. Al hablar de dietas; no son sinónimos de alimentos o que hay que abandonar, sino que; una dieta deriva de la alimentación correcta del paciente, desde el control adecuado de porciones, los horarios, etc. Para así tener manejo adecuado para el desarrollo y control de una vida saludable, sin embargo, se corre el riesgo de adquirir ciertas patologías en las cuales establecen una dieta más estricta con base a evitar riesgos que causen daños en la salud del paciente.

El manejo de una dieta balanceada debe ser realizada por un profesional de la salud y no debe de guiarse por falsas dietas, ciertas modas o inclusive pseudodietas autodenominadas, muchas de estas otras “alternativas” conllevan a un daño en la salud del paciente.

Objetivos

- *General*
 - Proporcionar dietas balanceadas que indiquen un control adecuado para controlar o reducir el avance de diversas patologías, inculcando la mejora de hábitos alimenticios para mejorar la calidad de vida.

- *Específico*
 - Crear una guía que aporte al personal de salud para ayudar a mejorar las recomendaciones que estos hagan a sus pacientes.
 - Detectar con mayor facilidad los alimentos que se deben y no recomendar.
 - Mejorar la calidad de vida a los pacientes que tengan las patologías presentadas en el siguiente manual.
 - Ayudar a los familiares a buscar otras maneras en las que se le puede ayudar al paciente.

Angina de pecho (Estable e inestable)

- *Tipo de dieta:*

Dieta adecuada adecuado al aporte de calorías

- *En que consiste la dieta:*

Dieta equilibrada en las que aporten calorías como lo son las legumbres, arroz, avena, cuscús, moniatos o las patatas, para el organismo tenga suficiente energía para recuperarse y para funcionar correctamente.

Los carbohidratos deben formar parte de la dieta para la angina de pecho. Los frutos secos proporcionan, grasas, además, grasas muy saludables para el aparato circulatorio.

También se necesitan suficientes proteínas, deben aportar ácidos grasos esenciales (omega 3 y 6), como minerales como el calcio y el magnesio, y antioxidantes como la vitamina E y C y los betacarotenos, todos ellos, nutrientes imprescindibles para la salud cardiovascular.

- *Alimentos permitidos:*

- Frutas
- Verduras
 - Brócoli
 - Col
 - Cebollas
 - Ajos
 - Rabanitos
 - Lechuga
 - Algas
- Granos enteros
- Proteínas magras;
 - Pollo sin piel
 - Pescado
- Frijoles
- Productos lácteos:
 - Bajos en grasa/sin grasa
 - Leche descremada
 - Yogur bajo en grasa
- Semillas
 - Nueces
 - Frutos secos

- *Alimentos no permitidos:*

- Evitar alimentos altos en sal
- Evitar alimentos que tengan grasas saturadas
- Comer menos alimentos que contengan queso, crema o huevos.
- No consumir alimentos fritos
- Alimentos procesados
- Productos horneados

Cáncer cervicouterino

- *Nombre de la dieta*
dieta mediterránea
- *En que consiste la dieta*
esta puede reducir el riesgo de infección por VPH y cáncer de cuello uterino.
- *Alimentos permitidos*
 - Ácido fólico
 - Vitamina c
 - Vitamina a o betacarotenos
- *Alimentos no permitidos*
 - Col rizada
 - Arándanos
 - Semilla de chía
 - Linaza
 - Cúrcuma
 - Vitamina e
 - Folato
 - Indol-3-carbinol

Cáncer de mama

- *Nombre de la dieta*

dieta mediterránea

- *Tipo de dieta*

son alimentos ricos en fibra los cereales integrales y productos elaborados a base de cereales integrales, así como la verdura y la fruta en general.

Consumo diario, abundante y variado de fruta y verdura, consumo diario de cereales, preferiblemente integrales, el uso de aceite de oliva como principal fuente de grasa, consumo diario de algún producto lácteo, pescado y priorizando carne blanca como principal fuente de proteínas y grasa animales como a la carne roja y carne procesada, consumo frecuente de alimentos ultra procesados y con alto contenido de azúcares refinados.

- *alimentos permitidos*
 - Brócoli
 - Repollo
 - Coliflor
 - Verduras de hoja verde
 - Espinaca
 - Lechuga
 - Col rizada
 - Acelga
 - Bok choy
 - Champiñones
 - Calabacita
 - Pimiento
 - Tomates
 - Granos enteros
 - Verduras con almidón
 - Papas
 - Batatas
 - Maíz
 - Calabaza
 - Arvejas
 - Frutas enteras
 - Bayas
 - Manzanas
 - Peras
 - Kiwis
 - Naranjas
 - Pescado
 - Sardinas
 - Salmon enlatados
 - Pescado fresco
 - Productos lácteos sin grasa o descremados
 - Yogur natural
 - Huevos
 - Carne de ave
 - Pollo
 - Pavo
 - Antioxidantes
- *alimentos no permitidos*
 - alcohol
 - azúcar añadida
 - grasa
 - carne roja
 - alimentos procesados

Cáncer de páncreas

- *nombre de dieta*

Durante tu estancia en el hospital pueden alimentarte de varias maneras: • Nutrición parenteral, es decir, por vía intravenosa. • Nutrición enteral, a través de una sonda o tubo muy fino que se coloca en la nariz y llega hasta el tubo digestivo. • Yeyunostomía, que consiste en la inserción de una sonda que comunica un orificio practicado en el abdomen, llamado estoma, con una parte del intestino, el yeyuno.

- *en que consiste la dieta*

Una intervención nutricional precoz y sostenida puede ayudarte a prevenir la desnutrición y la pérdida de peso, preservar tu masa muscular y evitar déficits nutricionales. Todo ello repercutirá muy positivamente en tu bienestar, así como en tu tolerancia al tratamiento del cáncer.

- *alimentos permitidos*

- frutas
- verduras
- grasas saludables
- granos enteros

- *alimentos no permitidos*

- carnes rojas
- procesados
- bebidas azucaradas
- alimentos altamente procesados
- alcohol
- alimentos fritos

Cáncer de próstata

- *Nombre de la dieta*
dieta mediterránea
- *En que consiste la dieta*
considera hoy en día protectora contra los cánceres endocrinos, así como, frente a enfermedades cardiovasculares, tiene un alto contenido de frutas, verduras y pasta y también moderado de vino.
- *Alimentos permitidos*
 - Zanahoria
 - Carotenoides
 - Vitamina e
 - Vitamina d vitamina a
 - Retinoides
 - Selenio
 - Fitoestrógenos
- *Alimentos no permitidos*
 - Carnes rojas
 - Productos lácteos altos en grasa
 - Productos horneados
 - Alimentos procesados
 - Mantequilla
 - Tocino
 - Salchichas
 - Nata

Cáncer hepático

- *nombre de la dieta*

Dieta rica en proteínas

- *tipo de dieta*

Las proteínas normalmente ayudan a la reparación del tejido corporal, también previenen la acumulación de grasa y daño a las células hepáticas.

Para personas con hígados muy dañados, las proteínas no se procesan apropiadamente, los productos residuales se pueden acumular y afectar el cerebro.

- *alimentos permitidos:*

- Frutas
 - Naranja
- Verduras
- Proteínas magras
 - Pollo
 - Pescado
 - leguminosas
- Vitaminas
 - B
 - D
- Medicamentos recetados por el medico
- Carbohidratos
 - Aumento de su ingesta

- *alimentos no permitidos:*

- Mariscos crudos
- Limitar el consumo de sal
- Reducir la cantidad de proteína animal

Cáncer renal

- *nombre de la dieta*

Dieta mediterránea.

- *en que consiste la dieta*

beneficios por su capacidad antioxidante, debida a la presencia de legumbres, frutas, verduras, cereales poco procesados, frutos secos, aceite de oliva y cantidades moderadas de productos de origen animal.

- *alimentos permitidos*

- proteínas
 - pollo
 - pescado
 - panela
 - requesón
- legumbres
- vitaminas
- verduras
- colinabo
- col rizada
- frutas
- serbas
- dátiles
- frutos secos
- piñones
- cacahuetes

- *alimentos no permitidos*

- carnes rojas
 - ternera
 - cerdo
 - cordero
 - embutidos
 - patés
- pescado azul
 - atún
 - salmon

- bonito
- legumbres
 - garbanzos
 - lentejas
 - judías
- grasas
 - mantequilla
 - margarinas
 - nata
 - lácteos enteros
- frutas acidas y citricos
 - naranja
 - mandarina
 - kiwi
 - limon
 - fresón
 - col
 - coliflor
 - brocoli
 - alcachofa
 - tomate
- infusiones
 - te
 - menta
 - camomila
 - café
 - alcohol

Cáncer testicular

- *Nombre de la dieta*
Jacks
- *En que consiste la dieta*
Incluya todos los grupos de alimentos, granos enteros, frutas, verduras y proteínas, para obtener la mayoría de los nutrientes que combaten el cáncer.
- *Alimentos permitidos*
 - Pan
 - Cereal
 - Arroz
 - Pasta
 - Bagel
 - Verduras
 - Jugo
 - Hojas verdes
 - Lácteos
 - Carne magra
 - Pollo
 - Pescado
 - Huevos
 - Frutos secos
 - Mantequilla de maní
- *Alimentos no permitidos*
 - Carnes rojas
 - Productos lácteos altos en grasa
 - Productos horneados
 - Alimentos procesados
 - Mantequilla
 - Tocino
 - Salchichas
 - Nata

Cetoacidosis diabética

- *Nombre de la dieta*

Alimentación baja en azúcar

- *En que consiste la dieta*

Solo se administrará líquidos sin azúcar.

- *Alimentos permitidos*

- Frutas

- Fresas
- Manzanas
- Peras
- Ciruelas
- Frambuesas
- arándanos
- limón
- mandarina

- Vegetales

- Granos integrales

- Pan
- Arroz
- Pasta integral
- Harina de maíz integral
- quinoa

- Leguminosas

- Frijoles
- Soya
- Garbanzos
- Lentejas
- Guisantes
- arvejas

- Hortalizas

- brócoli
- lechuga
- tomate
- calabacín
- berenjena
- pimentón
- cebolla
- ajo
- rúgula
- espinaca
- berro
- acelgas

- repollo

- ejote

- Carnes bajas en grasa

- Pollo sin piel
- pescado

- Semillas

- Chía
- Linaza
- Ajonjolí
- Calabaza
- auyama

- Leche y derivados descremados

- Yogur natural
- leche

- Huevos

- Huevos de codorniz

- Bebidas vegetales

- Leche de avena
- Coco
- Almendra
- Avellana

- *Alimentos no permitidos*

- Bebidas
 - Zumos azucarados
 - Bebidas refrescantes con azúcar
 - ✓ Cola
 - ✓ Tónica
 - ✓ bitter
- Batidos
 - batidos lácteos
 - bebidas alcohólicas
- Grasas
 - Nata
 - Manteca
 - Tocino
 - sebos
- Otros
 - Chocolate
 - Chocolate en polvo
 - Miel
 - Mermeladas
 - Gelatinas de frutas
- Edulcorantes
 - Evitar azúcar común o sacarosa

- Frutas
 - Fruta en almíbar
 - Frutas secas
 - Confitadas
 - Escarchadas
- Legumbres
 - Aquellas que se cocinan con ingredientes grasos de origen animal
 - ✓ Chorizo
 - ✓ Morcilla
 - ✓ tocino
- Cereales
 - Galletería
 - pastelería
 - bollerías convencionales
- carnes grasas
 - productos de charcutería y vísceras
 - pescados en conserva
 - salazón/ahumados
- leches y lácteos
 - mermeladas
 - los enriquecidos en nata o que llevan nata

todos los que llevan azúcar

Cirrosis hepática no alcohólica

- *Nombre de la dieta:*

Dieta baja en proteínas

- *Tipo de dieta*

Las proteínas normalmente ayudan a la reparación del tejido corporal, también previenen la acumulación de grasa y daño a las células hepáticas.

Para personas con hígados muy dañados, las proteínas no se procesan apropiadamente, los productos residuales se pueden acumular y afectar el cerebro.

- *Alimentos permitidos:*

- Frutas

- Vegetales

- Aguacate
- Nueces
- Aceite de oliva
- Canola
- Girasol

- Proteínas magras

- Leguminosas
- Pollo
- Pavo sin piel
- Pescado
 - Atún
 - Salmon
- Frijoles
- Tofu
- Yogurt

- Tomar vitaminas

- B
- D
- C

- Medicamentos recetados

- *Alimentos no permitidos:*

- Evitar alimentos con sal

- Enlatados
- Salsas preparadas
- Quesos
- encurtidos

- No consumir proteínas animales

- Vísceras
- Intestinos
- Corazón

- Mariscos crudos/poco cocinados

- Carnes crudas/poco cocinados

Colectomía

- *Nombre de la dieta:*

Dieta de líquidos claros

- *en que consiste la dieta*

Le darán líquidos claros después de la cirugía. Los ejemplos incluyen jugos claros, café o té (sin crema ni leche), gelatina y caldo.

- *alimentos permitidos*
 - granos
 - crema de trigo
 - mazamorra molida fina
 - cereal seco hecho de arroz
 - pan blanco
 - pastas de harina blanca
 - arroz blanco
 - galletas soda
 - rosquillas de pan
 - panecillos hechos de harina blanca o refinada
 - frutas
 - fruta enlatada
 - jugo sin pulpa
 - plátanos maduros
 - melón blando
 - verduras
 - papas sin cascara
 - leche de vaca
 - leche sin lactosa
 - leche de soya
 - leche de arroz
 - yogur, sin frutos secos, fruta ni granola
 - proteína
 - huevos
 - pescado
 - carne de ave
 - pollo
 - pavo
 - carne de res bien cocidas y tiernas
 - tofu
 - mantequillas suaves de maní
- *alimentos no permitidos*
 - alimentos altos en contenido de fibra
 - pan integral
 - arroz integral
 - avena
 - verduras crudas
 - frutas crudas
 - frutas secas
 - frijoles seco

COVID

- *Nombre de la dieta*

Dieta Donald

- *En que consiste*

La dieta para los enfermos con covid-19 tiene como objetivo evitar la pérdida de masa corporal magra y mejorar la función pulmonar.

- *Alimentos permitidos*

- Frutas
- Hortalizas
- Legumbres
- Cereales
- Frutos secos
- Aceite de oliva
- Aceite de sésamo
- Aceite de cacahuete

- *Alimentos no permitidos*

- Embutidos
- Exceso de sal
- Productos lácteos
- Vegetales crucíferos
- Comida frita
- Bebidas con gas
- Comidas y bebidas acidas

Diabetes gestacional

- *Nombre de la dieta*
Dieta equilibrada
- *En que consiste la dieta*
Consumir una alimentación equilibrada y sana puede ayudarle a manejar este tipo de diabetes. Las recomendaciones en cuanto a la alimentación que se presentan a continuación son para las mujeres con diabetes gestacional que NO toman insulina.
- *Alimentos recomendados*
 - Fruta
 - Verduras
 - Legumbres
 - Panes y pastas integrales
 - proteínas animales
- *Alimentos no recomendados*
 - Azúcar refinado
 - Miel
 - Leche condensada
 - Dulces, pasteles y bollería
 - Caramelos y chocolate
 - Refrescos y zumos azucarados
 - Helados
 - Platos precocinados

Diabetes mellitus I

- *Nombre de la dieta*

Dieta reducida en azúcares

- *En que consiste la dieta*

No existe una dieta o un plan de comidas específico que mencione para todos

- *Alimentos permitidos*

- frutas
- vegetales
- granos integrales
 - trigo integral
 - arroz integral
 - cebada
 - quinua
 - avena
- proteínas magras
 - pollo
 - pavo
 - pescado
 - huevos
 - nueces
 - frijoles
 - lentejas
- productos lácteos

- descremados

- bajo en grasa
 - leche
 - yogur
 - queso
- *Alimentos no permitidos*
 - alimentos fritos
 - grasas saturadas
 - grasas trans
 - mucha sal
 - dulces
 - productos horneados
 - dulces y horneados
 - bebidas azucaradas
 - jugos
 - gaseosas
 - bebidas regulares para deporte o energéticas

Diabetes mellitus II

- *Nombre de la dieta*
Dieta reducida en azúcares
- *En que consiste la dieta*

Es mantener su nivel de azúcar en la sangre dentro de un rango esperado

Alimentos permitidos

- vegetales
 - brócoli
 - zanahorias
 - vegetales verdes
 - pimientos
 - tomates
 - papas
 - maíz
 - arvejas
- frijoles y legumbres
 - frijoles negros
 - lentejas
 - frijoles blancos
 - habichuelas (judías)
 - frijoles pintos
- frutas
 - manzanas
 - aguacate
 - moras
 - cerezas
 - toronja
 - melocotones/duraznos
 - peras
 - ciruelas
 - fresas
- granos integrales
 - pasta integral/legumbres
 - pan integral con menos de 3 gramos de fibra por rebanada
 - quinoa
 - arroz silvestre
 - harina 100% integral/trigo integral
 - harina de maíz
 - avena
- mijo
- amaranto
- cebada
- lácteos
 - queso parmesano
 - ricota
 - requesón
 - leche baja en grasa/descremada
 - yogur griego/natural bajo en grasa
- carne
 - pechuga/tiras de pollo sin piel y sin hueso
 - salmon
 - sardinas
 - atún
 - otros pescados grasos
 - huevos
 - proteínas de origen vegetal
 - frijoles negros
 - habichuelas
 - frijoles negros
 - frijoles
 - horneados/refritos
 - humus
 - falafel
 - lentejas
 - guisantes
 - tofu

- aderezos/salsas/especias y condimentos
 - vinagre
 - aceite de oliva
 - mostaza
 - cualquier especia o hierba
 - cualquier variedad de extractos
 - salsas picantes
 - salsa
- postres
 - paletas heladas sin azúcares añadidos
 - paletas heladas 100% de fruta
 - postre con gelatina sin azúcar
 - pudín/helado endulzado con edulcorantes sin calorías o bajos en calorías, como la Stevia y el eritritol
- refrigerios
 - palomitas de maíz caseras, pero no las variedades preparadas o azucaradas
 - frutos secos, pero no azucarados
- palitos de zanahoria/apio con hummus
- pequeñas cantidades de fruta seca combinada con una proteína/grasa, como una manzana con mantequilla de almendras.
- Bebidas
 - Té helado/caliente sin azúcar
 - Café sin azúcar
 - Leche baja en grasa/descremada
 - Leches vegetales sin azúcar
 - Agua mineral

Alimentos no permitidos

- Carbohidratos simples
- Grasas saturadas
- Grasas trans
- Azúcares en:
 - Caramelos
 - Helados
 - pasteles

Diálisis

- *Nombre de la dieta:*

Kratos

- *En que consiste:*

Una dieta condicionada por las funciones que ha perdido el riñón y necesaria para complementar el tratamiento con diálisis; y que se basa, principalmente, en el control del agua, sal, potasio y fósforo; y en el aporte de una determinada cantidad de proteínas, hidratos de carbono, grasas y calorías al día. las proteínas, sobre todo, como elemento nutriente que permita la construcción y conservación de la estructura y funciones del organismo; y los hidratos de carbono y grasas, el aporte de la energía necesaria.

- *Alimentos permitidos:*

- Panes
- Cereales Y Granos
- Verduras
- Manzana
- Arándanos
- Peras frescas o en conservas
- Uvas o jugo de uva
- Duraznos enlatados (envasados en agua o almíbar ligero)
- Piña
- Fresas
- Mandarina
- Sandía
- Cerezas
- Melón
- Mango
- Papaya

- Alimentos No Permitidos:
 - Almidones:
 - Galletas
 - Muffins
 - Panqueques y waffles
 - Torta y pan de maíz de mezclas en caja
 - Alimentos integrales como la avena y los cereales integrales
 - Palitos o anillos de pretzel salados y alfajores,
 - Carnes y alimentos con proteínas:
 - Fiambres
 - Roast beef
 - Jamón de pavo, sardinas, salmón enlatados
 - Queso procesado
 - Carnes ahumadas o curada.

Dislipidemia

- *Nombre de la dieta*
Bobofet
- *En que consiste la dieta*
Limitar el consumo de alimentos elaborados con grasas trans-procesadas, hablamos de bollería industrial, aperitivos salados o dulces, hamburguesas o pizzas, entre otros. este tipo de alimentos hace que aumenten nuestros niveles de colesterol.
- *alimentos permitidos*
 - aceite de oliva
 - pasta
 - macarrones
 - espagueti
 - arroz
 - carne magra
 - pescado
 - fruta
 - manzana
 - pera
 - sandia
 - fruta en almíbar
 - retirando el caldo
 - lácteos desnatados
 - leche
 - yogur
- *alimentos no permitidos*
 - tomate
 - fresco
 - frutos secos
 - chocolate
 - uva
 - plátanos
 - frutos cítricos
 - salazones

Divertículos

- *Nombre de la dieta*
Stand by
- *En que consiste la dieta*

es una medida temporal para darle a tu sistema digestivo la oportunidad de descansar. Come pequeñas cantidades hasta que el sangrado y diarrea disminuyan.

- *alimentos permitidos*
 - caldo
 - jugos de frutas sin pulpa
 - jugo de manzana
 - trocitos de hielo
 - paletas de hielo sin trozos de fruta o pulpa de fruta
 - gelatina
 - agua
 - te o café sin crema
 - frutas enlatadas o cocidas sin cascara ni semillas
 - verduras enlatadas o cocidas
 - frijoles verdes
 - zanahorias
 - papas (todos sin cascara)
 - huevos
 - pescado
 - aves de corral
 - cereales bajo en fibra
 - leche
 - yogur
 - queso
 - arroz blanco
 - pasta
 - fideos
- *alimentos no permitidos*
 - ciertas frutas
 - alimentos lácteos
 - alimentos fermentados
 - frijoles
 - repollo
 - coles de Bruselas
 - cebollas
 - ajo

EPOC

- *Nombre de la dieta:*
Bulbasor
- *En que consiste:*
Corregir deficiencias nutricionales y desnutrición. en personas obesas disminuir de peso. mejorar la dificultad para masticar o tragar por la falta del aire. evitar el estreñimiento y el esfuerzo excesivo para defecar, así como la distensión abdominal y las flatulencias. procurar que el sabor de los alimentos sea rico para combatir la falta de apetito. la dieta adecuada deberá estar fraccionada en 5 o 6 tomas para aligerar la carga respiratoria al comer.
- *Alimentos permitidos:*
 - Soja
 - Avena
 - Leche
 - Sopa de arvejas
 - Lentejas
 - Zanahorias
 - Huevo
 - Pescado azul
 - Brócoli.
- *Alimentos no permitidos:*
 - Carnes Curadas
 - Chorizo
 - Salchichón
 - Embutidos

ERGE

- *Nombre de la dieta:*
Squirtle
- *En que consiste:*
Dieta variada y equilibrada, con un contenido alto de fruta, verdura y fibra vegetal de cereales y legumbres.
Distribuir la ingesta total del día en 5 tomas, mejor que 3, para evitar picar entre horas. Comer lentamente y masticar bien los alimentos.
- *Alimentos permitidos:*
 - Frutas (algunas excepciones)
 - Verduras (algunas excepciones)
 - Granos enteros y partidos
 - Productos lácteos
 - No lácteos bajos en grasa
 - Carnes magras
 - Alimentos integrales de soya
 - Lentejas
 - Garbanzos
 - Legumbres
 - Nueces
 - Mantequillas de nueces y semillas
 - Grasas saludables como el aceite de oliva y el aguacate (con moderación)
 - Infusiones de hierbas, la mayoría de las hierbas, especias y condimentos suaves.
 - Suplementos de fibra de psyllium
 - Leche desnatada o semidesnatada
 - Queso fresco
 - Yogures desnatados
 - Carnes blancas como el pollo o el pavo, huevo y embutidos tipo jamón dulce, pechuga de pavo, pescado blanco, huevo.

- *Alimentos no permitidos:*
 - Yogures desnatados
 - Frutas cítricas
 - Tomate y sus productos
 - Pimientos picantes
 - Cocina muy condimentada
 - Alimentos fritos o grasosos
 - Menta o hierbabuena
 - Chocolate
 - Potentes especias como chile en polvo, pimienta de cayena, canela
 - Vinagre
 - Cebolla
 - Ajo
 - Bebidas con gas
 - Café
 - Infusiones de menta
 - Alcohol

Esófago de Barrete

- *Nombre de la dieta:*

Kamtchatka

- *En que consiste:*

No existe una dieta específica para el esófago de barrett. Sin embargo, ciertos alimentos pueden ayudar a controlar el reflujo ácido y reducir el riesgo de cáncer.

- *Alimentos permitidos:*

- Frutas frescas, congeladas y secas
- Verduras frescas y congeladas
- Hierbas frescas y secas
- Panes y pastas integrales
- Arroz integral
- Frijoles
- Lentejas
- Avena
- Cuscús
- Quinoa

- *Alimentos no permitidos:*

- Azúcar de mesa o sacarosa
- Glucosa, dextrosa y maltosa
- Jarabe de maíz y jarabe de maíz de alta fructosa
- Panes blancos, harina, pasta y arroz
- Productos horneados (galletas, pasteles, pasteles)
- Cereales en caja y barras de desayuno
- Papas fritas y galletas saladas
- Bebidas azucaradas y jugos de frutas
- Soda
- Helado
- Bebidas de café aromatizadas

EVC

- *Nombre de la dieta:*

Blatosie

- *En que consiste:*

Mantener un buen estado nutricional, mantener una hidratación correcta, evitar la broncoaspiración en caso de disfagia, controlar los niveles séricos de lipoproteínas y colesterol, adaptar progresivamente la dieta hasta conseguir normalizar las comidas

- *Alimentos permitidos:*

- Verduras
- Moras
- Nueces
- Aceite de oliva
- Granos integrales
- Pescado
- Frijoles
- Aves de corral
- Vino

- *Alimentos no permitidos:*

- Mantequilla Y Margarina
- Queso
- Carne Roja
- Comida Frita
- Pasteles Y Dulces
- Productos Lácteos
- Carnes Procesadas
- Aceite De Palma
- Aceite De Coco
- Azúcar
- Jarabe De Maíz
- Jarabe De Arroz Integral.

Gastritis

- *Nombre de la dieta:*

Pidgey

- *En que consiste:*

Una dieta para la gastritis debe contar también con un porcentaje de lípidos, aunque puede ser algo más reducido

- *Alimentos permitidos:*

- Leche desnatada o semidesnatada
- Queso fresco
- Yogures desnatados
- Carnes blancas como el pollo o el pavo, huevo y embutidos tipo jamón dulce, pechuga de pavo y, según la tolerancia, el pescado blanco y el jamón serrano.
- Infusiones suaves (hinojo, melisa, hierba luisa o romero)
- Consumidos con moderación, zumos no cítricos.
- Aceite de oliva
- semillas.

- *Alimentos no permitidos:*

- Té
- Bebidas de cola
- Bebidas con gas
- Café
- Carnes grasas como la ternera o el buey y los embutidos.
- Bollería y pastelería
- Frutas poco maduras
- Cítricos por su elevada acidez.
- Alcachofas
- Col
- Coliflor
- Brócoli
- Coles de Bruselas
- Pimiento
- Pepino
- Cebolla
- Ajos
- lácteos ricos en grasa como la nata, los quesos curados o la leche entera

Hemicolectomía derecha e izquierda

- *Nombre de la dieta:*

Dieta de líquidos claros

- *En que consiste la dieta:*

El intestino grueso está compuesto por ciego, colon, sigma y recto, es la parte final del tubo digestivo, donde se absorben el agua y las sales minerales y se forman y almacenan las heces hasta su expulsión al exterior, gracias a estas funciones mantenemos un adecuado estado nutricional y de hidratación.

- *alimentos permitidos*
 - granos
 - crema de trigo
 - mazamorra molida fina
 - cereal de arroz
 - pan blanco
 - pastas de harina blanca
 - arroz blanco
 - galletas soda
 - rosquillas de pan
 - panecillos hechos de harina blanca o refinada
 - frutas
 - fruta enlatada
 - jugo sin pulpa
 - plátanos maduros
 - melón blando
 - verduras
 - papas sin cascara
 - leche de vaca
 - leche sin lactosa
 - leche de soya
 - leche de arroz
 - yogur, sin frutos secos, fruta ni granola
 - proteína
 - huevos
 - pescado
 - carne de ave
 - pollo
 - pavo
 - carne de res bien cocidas y tiernas
 - tofu
 - mantequillas suaves de maní
- *alimentos no permitidos*
 - alimentos altos en contenido de fibra
 - pan integral
 - arroz integral
 - avena
 - verduras crudas
 - frutas crudas
 - frutas secas
 - frijoles secos

Hemodiálisis

- *Nombre de la dieta:*

Pidgeot

- *En que consiste la dieta:*

Seguirá una dieta pobre en potasio y líquidos, se recomienda no beber más de 500cc al día más de lo que orine, es recomendable no acumular entre sesiones de hd más de 1kg-1,5kg de peso, se puede utilizar cualquier tipo de preparación para cocinar los alimentos (asado, cocido) en fines de semana cuide más su alimentación dado que hay un día más sin diálisis, coma lentamente y procure hacerlo a las mismas horas, si come fuera de casa, pida que no le añadan sal, controle las raciones y evite platos qe tengan mucho sodio, potasio.

- Alimentos permitidos:

- Aceite de oliva
- Pasta
- Carne magra
- Pescado
- Fruta
- Lácteos desnatados
 - Leche
 - Yogur

- Alimentos no permitidos:

- Tomate (fresco)
- Frutos secos
- Chocolate
- Uva
- Plátanos
- Frutos cítricos
- Salazones

Hepatitis

- *Nombre de la dieta:*
Dieta baja en proteínas
- *Tipo de dieta*
Algunas personas con enfermedad hepática tienen que consumir una dieta especial.
Esta dieta protege al hígado del trabajo esforzado y lo ayuda a funcionar.
- *Alimentos permitidos:*
 - Frutas
 - Verduras y legumbres
 - Lácteos
 - Huevos.
 - Aceite de oliva.
 - Frutos secos
 - Pan, arroz, pastas
 - Carnes magras
 - Pescados.
 - Azúcar y dulces
 - Miel.
- *Alimentos no permitidos:*
 - Alcohol.
 - Mariscos crudos (o poco cocinados).
 - Lácteos.
 - Frutas y vegetales mal lavados (inclusive crudos).
 - Café.
 - Chocolate.
 - Bebidas gaseosas.

Hipertensión arterial

- *Nombre de la dieta*
Saltman

- *En que consiste la dieta*

Diseñado para ayudar a tratar o prevenir la presión arterial alta (hipertensión). la dieta dash incluye alimentos con un alto contenido de potasio, calcio y magnesio. estos nutrientes ayudan a controlar la presión arterial. la dieta limita los alimentos que tienen un alto contenido de sodio, grasas saturadas y azúcares agregados.

- *alimentos permitidos:*

- granos integrales
- frutas
- verduras
- carnes magras
- otras fuentes de proteínas
 - lentejas
 - frutos secos
 - quinoa
 - tofu

- *alimentos no permitidos:*

- sal
- carbohidratos
- alcohol en exceso
- comida frita.
- carne de res
- cordero
- carne de puerco
- postres procesados
- comidas precocinadas
- galletas saladas
- barras de granola
- mantequilla de maní
- panes
- pizza
- sándwiches
- embutidos

Hipertiroidismo

- *Nombre de la dieta:*
Arboks
- *En que consiste:*
Seguir una dieta rica en selenio. El selenio es un micro-mineral que se encuentra en las carnes rojas, pescado, hortalizas, piñones, huevos, champiñones, y trigo entre otros. La relación entre hipertiroidismo y selenio a sido fruto de numerosos estudios en los últimos años. En ellos, se ha demostrar que el selenio tiene un papel importante en el equilibrio inmunológico-endocrino
- *Alimentos permitidos:*
 - Carnes Rojas
 - Pescado
 - Hortalizas
 - Piñones
 - Huevos
 - Champiñones
 - Trigo
 - Col
 - Berza
 - Coliflor
 - Repollo
 - Brócoli
 - Nabo
 - Semillas De Mostaza
 - Yuca
 - Espinacas
 - Zanahoria
 - Rábano
 - Nueces
 - Cacahuetes.
 - Caldo ó sopas
 - Soja
 - Productos elaborados con soja
- *Alimentos no permitidos:*

Hipotiroidismo

- *Nombre de la dieta:*

Nidorina

En que consiste:

En general, no hay ninguna dieta para el hipotiroidismo. Aunque abunden las afirmaciones acerca de las dietas para el hipotiroidismo, no hay pruebas de que comer o evitar ciertos alimentos mejorará la función tiroidea en personas con hipotiroidismo.

- **ALIMENTOS PERMITIDOS:**
 - CRUCÍFERAS
 - Col
 - Brócoli
 - Coles de bruselas
 - Repollo
 - Coliflor
- *Alimentos no permitidos:*
 - Gluten
 - Refinados
 - Lácteos
 - Azúcar ni aditivos
 - Nueces
 - Harina de soja
 - Harina de semillas de algodón
 - Suplementos de hierro
 - Suplementos de calcio

Antiácidos que contienen aluminio, magnesio o calcio

Ileostomía

- *Nombre de la dieta:*

Dieta de líquidos claros

- *en que consiste la dieta*

El intestino grueso está compuesto por ciego, colon, sigma y recto, es la parte final del tubo digestivo, donde se absorben el agua y las sales minerales y se forman y almacenan las heces hasta su expulsión al exterior, gracias a estas funciones mantenemos un adecuado estado nutricional y de hidratación.

- *alimentos permitidos*
 - granos
 - crema de trigo
 - mazamorra molida fina
 - cereal de arroz
 - pan blanco
 - pastas de harina blanca
 - arroz blanco
 - galletas soda
 - rosquillas de pan
 - panecillos hechos de harina blanca o refinada
 - frutas
 - fruta enlatada
 - jugo sin pulpa
 - plátanos maduros
 - melón blando
 - verduras
 - papas sin cascara
 - leche de vaca
 - leche sin lactosa
 - leche de soya
 - leche de arroz
 - yogur, sin frutos secos, fruta ni granola
 - proteína
 - huevos
 - pescado
 - carne de ave
 - pollo
 - pavo
 - carne de res bien cocidas y tiernas
 - tofu
 - mantequillas suaves de maní
- *alimentos no permitidos*
 - alimentos altos en contenido de fibra
 - pan integral
 - arroz integral
 - avena
 - verduras crudas
 - frutas crudas
 - frutas secas
 - frijoles secos

IRA

- *Nombre de la dieta*

La lava riñones

- *En que consiste la dieta*

El propósito de esta dieta es mantener un equilibrio en los niveles de electrolitos, minerales y líquido en su cuerpo si usted tiene IRC o si está en diálisis.

- *Alimentos permitidos*

- Manzanas
- peras
- duraznos
- piña
- fresas
- uvas
- arándanos
- moras
- frambuesas
- albaricoques
- mandarinas
- ciruelas
- limones
- limas y los
- arándanos
- judías verdes
- col cruda
- coliflor cocida
- apio
- maíz
- lechuga
- iceberg
- romana
- espinaca cruda
- pimientos cocidos
- brócoli crudo
- calabaza cocida
- cebollas
- mozzarella
- queso parmesano
- leche de almendras o arroz
- nueces de macadamia
- mantequilla de semillas de girasol
- almendras
- pacanas
- garbanzos

- *Alimentos no permitidos*

- aguate

- plátano

- coco

- higo

- guayaba

- kiwi

- papaya

- maracuyá

- mandarina

- uvas pasas

- ciruelas

- ciruela pasa

- melón

- albaricoque

- moras

- dátiles

- papa

- papa dulce

- yuca

- zanahoria

- acelga

- remolacha

IRC

- *Nombre de la dieta*

La lava riñones turbo

- *En que consiste la dieta*

Es posible que deba alterar más la dieta si la enfermedad renal empeora o si necesita diálisis.

- *Alimentos permitidos*

- frutas
- panes
- granos
- verduras
- dulces duros
- azúcar
- miel
- jalea
- grasas
- proteínas
- calcio
- fosforo
- queso
- margarina blanda
- queso crema
- ricota
- conservas
- quesos
- frutos secos
- mariscos
- galletas
- bollería
- algunos tipos de agua mineral
- refrescos gaseados

- *Alimentos no permitidos*

- cubitos de caldo
- concentrados de pescado/carne
- sopas de sobre
- sal
- embutidos
- ahumados

Litiasis biliar

- *Nombre de la dieta:*

Dieta baja en la ingesta de grasa
- *Tipo de dieta*

reducir en general la ingesta de grasas, teniendo en cuenta que las grasas vegetales crudas (aceite de oliva) se toleran mejor que las fritas y que las de origen animal”. Además es importante “limitar el aporte de colesterol, el consumo de hidratos de carbono complejos (tales como pan, cereales, pasta y arroz) y evitar los azúcares simples”.
- *Alimentos permitidos:*
 - Lácteos: Leche y derivados semi o desnatados. Quesos fresco y bajos en grasas
 - Cereales, legumbres y patatas: Patatas, arroz, sémola, pasta, pan, cereales del desayuno, galletas “tipo María”, legumbres trituradas y pasadas por el pasapuré
 - Verduras y hortalizas: Cocidas y sin piel
 - Cárnicos, pescado y huevo: Carnes magras (lomo, solomillo de cerdo o ternera), aves sin piel, conejo, pescado blanco, huevos, jamón cocido, etc.
 - Frutas: Frutas cocidas en compota, en conserva, muy maduras, sin piel, zumos de frutas no ácidas
 - Dulces y bollería: Azúcar, miel, confitura sin semillas
 - Bebidas: Agua, infusiones, caldos desgrasados, batidos realizados con leche o yogur desnatados
 - Aceites y grasas: Aceite de oliva, girasol en cantidades moderada.
- *Alimentos permitidos:*
 - Embutidos y carnes grasas (cordero, cerdo)
 - Leche entera, mantequilla, margarina, nata, crema, flan, chocolate, pasteles
 - Huevos
 - Aceitunas, frutos secos (nueces, avellanas, almendras, cacahuetes, etc.)
 - Aceite, sebo
 - Comidas precocinadas

Litiasis Renal

- *nombre de la dieta*

Dieta mediterránea.

- *en que consiste la dieta*

beneficios por su capacidad antioxidante, debida a la presencia de legumbres, frutas, verduras, cereales poco procesados, frutos secos, aceite de oliva y cantidades moderadas de productos de origen animal.

- *alimentos permitidos*

- proteínas
 - pollo
 - pescado
 - panela
 - requesón
- legumbres
- vitaminas
- verduras
- colinabo
- col rizada
- frutas
- serbas
- dátiles
- frutos secos
- piñones
- cacahuetes

- *alimentos no permitidos*

- carnes rojas
 - ternera
 - cerdo
 - cordero
 - embutidos
 - patés
- pescado azul
 - atún
 - salmon

- bonito
- legumbres
 - garbanzos
 - lentejas
 - judías
- grasas
 - mantequilla
 - margarinas
 - nata
 - lácteos enteros
- frutas acidas y citricos
 - naranja
 - mandarina
 - kiwi
 - limon
 - fresón
 - col
 - coliflor
 - brocoli
 - alcachofa
 - tomate
- infusiones
 - te
 - menta
 - camomila
 - café

alcohol

LUPUS

- *Nombre de la dieta:*

La destrabadora

- *En que consiste la dieta:*

No hay una dieta especial para el lupus. En general, usted debe tratar de comer una dieta nutritiva, bien balanceada y variada que contenga muchas frutas y verduras, granos integrales y cantidades moderadas de carnes, aves y pescados frescos.

Es posible que tenga que reducir o eliminar ciertos elementos de su dieta debido a los medicamentos que está tomando, o debido a los daños que el lupus ha hecho a ciertas partes de su cuerpo. Habla con tu reumatólogo tratante el sabrá orientarte sobre los ajustes necesarios a tu situación.

- *Alimentos permitidos*

- verduras
- frutas
- granos integrales
- cantidades moderadas de carne
- aves
- pescados frescos

- *Alimentos no permitidos*

- alfalfa
- alcohol

productos elaborados-industrializado

Obesidad

- *Nombre de la dieta*
- *En que consiste la dieta*

Reducir los depósitos de adipocitos, para eso se debe de reducir la ingesta de algunos nutrientes.

- *Alimentos permitidos*
 - Leche deslactosada light fluida,
 - Leche descremada fluida,
 - yogurt descremado
 - yogur de sabia descremado
 - queso mozzarella
 - requesón
 - clara de huevo
 - carne de res blanda sin restos grasos
 - pollo pechuga sin piel
 - trucha sin piel
 - zapallo
 - remolacha
 - achojcha
 - berenjena
 - vainitas
 - lechuga
 - Tomate
 - pimiento morrón
 - arvejas
 - zanahoria
 - espinacas
 - espárragos
 - papa
 - camote
 - yuca
 - manzana
 - durazno
 - pera
 - uva
 - arándanos
 - papaya
 - frutilla
 - ciruelas
 - pomelo
 - Mandarina
 - kiwi
 - arroz integral
 - salvado de avena
 - hojuela de quinua
 - trigo
 - fideos dietéticos sin grasa
 - pito de cañahua
 - amaranto
 - lasañas
 - dietéticas
 - Panes integrales o galletas de salvado
 - galletas de amaranto/quinua
 - cereales mixtos

- aceite vegetal:
 - oliva
 - coco
 - canela
 - maíz
 - mantequilla light
- sucralosa
- aspartame
- estevia
- te de frutas
- te de canela
- té verde
- te
- hierba luisa
- cebada
- manzanilla
- anís
- trínate
- coca
- toronjil
- zumos de frutas
- *Alimentos no permitidos*
 - Picantes
 - frituras
 - milanesas
 - apanados y rebozados
 - alcohol
 - café
 - chocolate
 - productos de pastelería
 - comidas de la calle
 - gaseosas o refrescos de frutas en botella o empaquetados
 - cocoa
 - cerdo
 - cordero
 - embutidos
 - dulces
 - toddy
 - jamón
 - mermeladas
 - dulce de leche
 - enlatados
 - crema de leche
 - mantequilla
 - margarina
 - pan
 - vísceras como ser corazón, panza, hígado, tripas y fiambres
 - leche entera con grasa
 - queso criollo
 - carnes o pollos fritos
 - leguminosas
 - condimentos fuertes
 - salsas
 - ketchup
 - mayonesa.

Obstrucción biliar

- *Nombre de la dieta:*

Dieta baja en la ingesta de grasa

- *Tipo de dieta*

reducir en general la ingesta de grasas, teniendo en cuenta que las grasas vegetales crudas (aceite de oliva) se toleran mejor que las fritas y que las de origen animal”.

Además es importante “limitar el aporte de colesterol, el consumo de hidratos de carbono complejos (tales como pan, cereales, pasta y arroz) y evitar los azúcares simples”.

- *Alimentos permitidos:*

- Lácteos: Leche y derivados semi o desnatados. Quesos fresco y bajos en grasas
- Cereales, legumbres y patatas: Patatas, arroz, sémola, pasta, pan, cereales del desayuno, galletas “tipo María”, legumbres trituradas y pasadas por el pasapuré
- Verduras y hortalizas: Cocidas y sin piel
- Cárnicos, pescado y huevo: Carnes magras (lomo, solomillo de cerdo o ternera), aves sin piel, conejo, pescado blanco, huevos, jamón cocido, etc.
- Frutas: Frutas cocidas en compota, en conserva, muy maduras, sin piel, zumos de frutas no ácidas
- Dulces y bollería: Azúcar, miel, confitura sin semillas
- Bebidas: Agua, infusiones, caldos desgrasados, batidos realizados con leche o yogur desnatados
- Aceites y grasas: Aceite de oliva, girasol en cantidades moderada.

- *Alimentos permitidos:*

- Embutidos y carnes grasas (cordero, cerdo)
- Leche entera, mantequilla, margarina, nata, crema, flan, chocolate, pasteles
- Huevos
- Aceitunas, frutos secos (nueces, avellanas, almendras, cacahuetes, etc.)
- Aceite, sebo
- Comidas precocinadas

Resección Parcial

- *Nombre de la dieta:*

Dieta de líquidos claros

- *en que consiste la dieta*

El intestino grueso está compuesto por ciego, colon, sigma y recto, es la parte final del tubo digestivo, donde se absorben el agua y las sales minerales y se forman y almacenan las heces hasta su expulsión al exterior, gracias a estas funciones mantenemos un adecuado estado nutricional y de hidratación.

- *alimentos permitidos*
 - granos
 - crema de trigo
 - mazamorra molida fina
 - cereal de arroz
 - pan blanco
 - pastas de harina blanca
 - arroz blanco
 - galletas soda
 - rosquillas de pan
 - panecillos hechos de harina blanca o refinada
 - frutas
 - fruta enlatada
 - jugo sin pulpa
 - plátanos maduros
 - melón blando
 - verduras
 - papas sin cascara
 - leche de vaca
 - leche sin lactosa
 - leche de soya
 - leche de arroz
 - yogur, sin frutos secos, fruta ni granola
 - proteína
 - huevos
 - pescado
 - carne de ave
 - pollo
 - pavo
 - carne de res bien cocidas y tiernas
 - tofu
 - mantequillas suaves de maní
- *alimentos no permitidos*
 - alimentos altos en contenido de fibra
 - pan integral
 - arroz integral
 - avena
 - verduras crudas
 - frutas crudas
 - frutas secas
 - frijoles secos

Sigmoidectomía

- *Nombre de la dieta:*

Dieta de líquidos claros

- *en que consiste la dieta*

El intestino grueso está compuesto por ciego, colon, sigma y recto, es la parte final del tubo digestivo, donde se absorben el agua y las sales minerales y se forman y almacenan las heces hasta su expulsión al exterior, gracias a estas funciones mantenemos un adecuado estado nutricional y de hidratación.

- *alimentos permitidos*
 - granos
 - crema de trigo
 - mazamorra molida fina
 - cereal de arroz
 - pan blanco
 - pastas de harina blanca
 - arroz blanco
 - galletas soda
 - rosquillas de pan
 - panecillos hechos de harina blanca o refinada
 - frutas
 - fruta enlatada
 - jugo sin pulpa
 - plátanos maduros
 - melón blando
 - verduras
 - papas sin cascara
 - leche de vaca
 - leche sin lactosa
 - leche de soya
 - leche de arroz
 - yogur, sin frutos secos, fruta ni granola
 - proteína
 - huevos
 - pescado
 - carne de ave
 - pollo
 - pavo
 - carne de res bien cocidas y tiernas
 - tofu
 - mantequillas suaves de maní
- *alimentos no permitidos*
 - alimentos altos en contenido de fibra
 - pan integral
 - arroz integral
 - avena
 - verduras crudas
 - frutas crudas
 - frutas secas
 - frijoles secos

Síndrome de Cushing

- *Nombre de la dieta*

La adiós, amor

- *En que consiste la dieta*

Dieta balanceada con la disminución de sodio y cafeína

- *Alimentos permitidos*

- leche
- queso
- frijoles negros
- espinaca
- almendras
- legumbres
- yogur
- carne magra
- legumbres
- aguacate
- salmón
- atún
- caballa
- frutas
- verduras de hoja verde
- manzana
- naranja
- pera
- zanahoria
- durazno
- guisantes
- cuscús
- pan de centeno

- pan integral
- pollo
- ternera
- arroz y pasta integrales.

- *Alimentos no permitidos*

- productos procesados u horneados
- galletas
- pasteles
- pizza
- queso
- sopas enlatadas
- carnes frías
- panes
- bocadillos salados
- café
- té
- refrescos
- chocolate.

Síndrome de intestino corto

- *Nombre de la dieta*

La extensible

- *En que consiste la dieta*

Aumenta el número de comidas al día del paciente

- *Alimentos permitidos*

- Pescado,
- pollo,
- pavo,
- carne de ternera,
- res,
- cordero,
- huevo,
- pan,
- cereales,
- arroz blanco,
- pasta,
- cebada,
- avena,
- maíz,
- vegetales,
- leche,

- mantequilla de maní,
- pan blanco,
- margarina,
- mayonesa,
- salsas y
- tofu

- *Alimentos no permitidos*

- carbohidratos simples
- azúcar
- miel
- pasteles
- refrescos
- espinacas
- cacao
- frutos secos
- remolacha
- bebidas alcohol

VIH

- *Nombre de la dieta*

La esquelética

- *En que consiste la dieta*

Se recomienda comer alimentos que aumenten el sistema inmunitario.

- *Alimentos permitidos*

- Arroz
- pasta
- cereales
- pan
- papa
- zanahorias
- calabaza
- albaricoques
- melocotones
- mangos
- espinacas
- pimientos verdes
- calabacines
- naranjas
- mandarinas
- limones
- piñas
- tomates
- coles
- leche
- yogur
- queso
- todas las carnes
- aves
- pescados
- huevos

- legumbres

- margarina

- mantequilla

- aceite de oliva

- *Alimentos no permitidos*

- café

- te

Conclusión

Para concluir, es bien sabido que las diferentes patologías que se pueden presentar en cualquier tipo de paciente es distinta, ya sea debido a la misma patología o incluso el metabolismo del paciente; pudimos observar y analizar distintos tipos de enfermedades con las que, sí no son las mas comunes, son las que se pueden prevenir, controlar e incluso reducir con una dieta adecuada y balanceada.

De esta manera se aprendió a que las patologías reaccionan de diferente manera; por lo cual hay que ajustar la dieta de acuerdo a sus condiciones y posibilidades.

Por otro lado, se ha aprendido que esta clase de trabajos son muy pesados, tediosos y roban demasiado tiempo.

Como retroalimentación, me queda de experiencia que es mejor trabajar bien dentro de los tiempos previstos a simplemente dejarlo por un lado y hacerlo de última hora.

Bibliografías

1. Administrator. (2022). *¿Qué alimentos están desaconsejados para quien ha padecido una angina de pecho?* - Fundación Española del Corazón. Fundaciondelcorazon.com.
<https://fundaciondelcorazon.com/dudas/1208-alimentos-desaconsejados-angina-pecho.html#:~:text=Respuesta%3A%20Para%20la%20angina%20de%20pecho%20debes%20seguir,de%20huevo%2C%20fritos%20comerciales%20y%20la%20boller%C3%ADa%20industrial.>
2. *Dieta para la angina de pecho: beneficios, menús, recetas.* (2021). Iliveok.com. https://es-m.iliveok.com/food/dieta-con-angina-de-pecho_111746i15882.html
3. *12 alimentos prohibidos para el riñón enfermo* - AlimentosWiki.com. (2020, May 26). AlimentosWiki.com. <https://alimentoswiki.com/12-alimentos-prohibidos-para-el-rinon-enfermo/>
4. *Dieta para la enfermedad renal crónica: MedlinePlus enciclopedia médica.* (2020). Medlineplus.gov.
<https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/002442.htm#:~:text=Dieta%20para%20la%20enfermedad%20renal%20cr%C3%B3nica%20Cuando%20usted,obtener%20suficiente%20calor%C3%ADas%20si%20est%C3%A1%20bajando%20de%20peso>
5. *Dieta para el cáncer de hígado: menú y recetas.* (2021). Iliveok.com. https://es-m.iliveok.com/food/dieta-para-el-cancer-de-higado_111844i15882.html
6. Univision. (2019, April 15). *Cáncer de hígado: los alimentos más poderosos para prevenirlo.* Univision. <https://www.univision.com/estilo-de-vida/bienestar/cancer-de-higado-los-alimentos-mas-poderosos-para-prevenirlo>
7. *Dieta para la enfermedad hepática: MedlinePlus enciclopedia médica.* (2018). Medlineplus.gov.
<https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/002441.htm#:~:text=Comer%20frutas%20y%20vegetales%2C%20as%C3%AD%20como%20prote%C3%ADna%20magra,problemas%20nutricionales%20a%20ra%C3%ADz%20de%20la%20enfermedad%20hep%C3%A1tica.>
8. Dresden, D. (2021, March 16). *Alimentación para ayudar a prevenir el cáncer de seno.* Medicalnewstoday.com; Medical News Today.
<https://www.medicalnewstoday.com/articles/es/dieta-para-el-cancer-de-mama#otros-consejos>

9. ALIMENTACIÓN Y VIDA SALUDABLE EN PACIENTES CON CÁNCER DE MAMA
INTRODUCCIÓN. (n.d.). Retrieved December 26, 2022, from
<https://oncologiahuelva.com/wp-content/uploads/2016/11/Alimentacin-y-vida-saludable-en-mujeres-con-cncer-de-mama.pdf#:~:text=La%20dieta%20debe%20ser%20equilibrada%20en%20las%20pacientes>
10. ALAIS, C.; LINDEN, G. (1990). Bioquímica de los alimentos. Masson, S. A. Barcelona.
11. ASTIASARÁN, I.; MARTÍNEZ, J.A. (2000). Alimentos: composición y propiedades. McGraw-Hill Interamericana. Madrid.
12. ASTIASARÁN, I.; LACERAS, B.; ARIÑO, A.; MARTÍNEZ, A.(2003) Alimentos y nutrición en la práctica sanitaria. Díaz de Santos. Madrid.
13. BELITZ, H.D.; GROSCH, W. (1997). Química de los alimentos. Acribia. Zaragoza. (Se ha publicado la 3ª ed. de 2004 bajo el título “Food Chemistry”).
14. BELLO GUTIÉRREZ, J. (2000). Ciencia bromatológica. Principios generales de los alimentos. Díaz de Santos. Madrid.
15. BELLO GUTIÉRREZ, J. (2005). Calidad de vida, alimentos y salud humana.
16. BENDER, D.A. (1995). Introducción a la nutrición y al metabolismo. Acribia. Zaragoza.
17. CERVERA, P.; CLAPÉS, J.; RIGOLFAS, R. (2004). Alimentación y dietoterapia. 4ª ed. McGraw-Hill Interamericana. Madrid.
18. CHEFTEL, J.G.; CHEFTEL, H.; BESANÇON, P. (2000). Introducción a la bioquímica y tecnología de los alimentos. Vol. I y II. Acribia. Zaragoza.
19. COULTATE, T.P. (1998). Manual de química y bioquímica de los alimentos. Acribia. Zaragoza. (Se ha publicado la 4ª ed de 2002 bajo el título “Food: the chemistry of its components”).
20. DELEUZE, P. (2003). Código Alimentario Español. 6ª ed. Tecnos. Madrid.
21. ESCOTT-STUMP, S. (2005). Nutrición, diagnóstico y tratamiento. Díaz de Santos. Madrid.
22. FENNEMA, O. (2000). Química de los alimentos. Acribia. Zaragoza.
23. GIL, A. (ed.) (2005). Tratado de Nutrición (4 vol.). Acción Médica. Madrid.
24. CHEFTEL, J.G.; CHEFTEL, H.; BESANÇON, P. (2000). Introducción a la bioquímica y tecnología de los alimentos. Vol. I
25. y II. Acribia. Zaragoza.

26. COULTATE, T.P. (1998). Manual de química y bioquímica de los alimentos. Acribia. Zaragoza. (Se ha publicado la 4ª ed
27. de 2002 bajo el título "Food: the chemistry of its components").
28. DELEUZE, P. (2003). Código Alimentario Español. 6ª ed. Tecnos. Madrid.
29. ESCOTT-STUMP, S. (2005). Nutrición, diagnóstico y tratamiento. Díaz de Santos. Madrid.
30. FENNEMA, O. (2000). Química de los alimentos. Acribia. Zaragoza.
31. GIL, A. (ed.) (2005). Tratado de Nutrición (4 vol.). Acción Médica. Madrid.
32. HERNÁNDEZ RODRÍGUEZ, M.; SASTRE GALLEGO, A. (1999). Tratado de Nutrición. Díaz de Santos. Madrid.
33. KUKLINSKI, C. (2003). Nutrición y Bromatología. Omega. Barcelona.
34. LLOYD, L.E.; McDONALD, R.E; CRAMPTON, E.W. (1982). Fundamentos de Nutrición. Acribia. Zaragoza.
35. MADRID, A.; CENZANO, I.; VICENTE, J.M. (1994). Nuevo manual de industrias alimentarias. AMV Ediciones y MundiPrensa S.A., Madrid.
36. MADRID, A.; MADRID VICENTE, J. (2001). Nuevo manual de industrias alimentarias. AMV-Ediciones y Mundi-Prensa,
37. S.A. Madrid.
38. MAHAN, L.K.; ESCOTT-STUMP, S. (2009). Krause Dietoterapia. 12ª ed. Elsevier Masson, Barcelona.
39. MARTÍNEZ, J.A. (1994). Fundamentos teórico-prácticos de Nutrición y Dietética. EUNATE. Pamplona.
40. MATAIX, J. (2009). Nutrición y alimentación humana. Vol. I y II. 2ª ed. Ed. Ergon, Madrid
41. MATAIX VERDÚ, J. (2005). Nutrición para educadores. 2ª ed. Díaz de Santos. Madrid.
42. MORENO MARTÍN, F.; DE LA TORRE BORONAT, M.C. (1983). Lecciones de Bromatología. Vol. I y 2. Facultad de Farmacia. Universidad de Barcelona. Barcelona.
43. MUÑOZ, M.; ARANCETA, J.; GARCÍA-JALÓN, I. (1999). Nutrición aplicada y dietoterapia. EUNSA. Pamplona.
44. ORDÓÑEZ PEREDA, J.A. (ed.) (1998). Tecnología de los alimentos. Vol. I y 2. Síntesis. Madrid.
45. POTTER, N.N.; HOTCHKINS, J.H. (1999). Ciencia de los alimentos. Acribia. Zaragoza.

46. PRIMO YÚFERA, E. (1997). Química de los alimentos. Síntesis. Madrid.
47. REPULLO PICASSO, R. (2007). Dietética. Marban Libros S.L. Madrid.
48. REQUEJO, A.; ORTEGA, R.M. (2000). Nutriguía. Ed. Complutense. Madrid.
49. ROBINSON, D.S. (1991). Bioquímica y valor nutritivo de los alimentos. Acribia. Zaragoza.
50. ROJAS HIDALGO, E. (1998). Dietética: principios y aplicaciones. 2ª ed. Aula Médica S.A. Madrid.
51. SALAS-SALVADÓ, J. et al. (2008). Nutrición y Dietética Clínica. 2ª ed. Elsevier Masson, Barcelona.
52. SALINAS, R.D. (2000). Alimentos y nutrición: introducción a la Bromatología.
53. SOCIEDAD ESPAÑOLA DE NUTRICIÓN COMUNITARIA (SENC): "Guías alimentarias para la población española".
54. IMC&C, S.A. Madrid (2001).
55. VACLAVIK, V.A. (2002). Fundamentos de Ciencia de los Alimentos.
56. VOLLMER, G.; JOSST, G.; SCHENKER, D.; STURM, W.; VREDEN, N. (1999). Elementos de Bromatología descriptiva. Acribia. Zaragoza.
57. ADRIAN, J.; POTUS, J.; POIFFAIT, A.; DAUVILLIER, P. (2000). Análisis nutricional de alimentos. Acribia. Zaragoza.
58. AMV Ediciones Mundi-Prensa: "Métodos oficiales de análisis de los alimentos". Madrid (1994).
59. ALAIS, C. (1986). Ciencia de la leche. Reverté. Barcelona.
60. ALLAERT VANDEVENNE, C.; ESCOLA RIBES, M. (2003). Métodos de análisis microbiológico de los alimentos.