



UNIVERSIDAD DEL SURESTE

Campus Comitán

Licenciatura de Medicina Humana

Tema: Manual de dietas

PASIÓN POR EDUCAR

Alumno: Dulce Mirely Torres Narvaez


Materia: Nutrición

Docente: Lic. Daniela Monserrat Méndez Guillen

Semestre: 3°

Grupo: C

 UDS Mi Universidad

 @UDS_universidad

www.uds.mx

Mi Universidad

Tel. 01 800 837 86 68



MANUAL DE DIETAS

INDICE

Introducción	5
Desarrollo de los temas	7
Angina de pecho estable	7
Angina de pecho inestable:	8
Cáncer de cervicouterino	9
Cáncer de mama	10
Cáncer de próstata	11
Cáncer hepático	12
Cáncer renal	13
Cáncer testicular	14
Cirugía de colectomía	15
Cirugía de hemicolectomía derecha	16
Cirugía de hemicolectomía izquierda	17
Cirugía de ileostomía	18
Cirugía de sigmoidectomía	19
Cetoacidosis diabética	20
Cirrosis hepática no alcohólica	21
Cáncer de páncreas	22
COVID	23
Diálisis	24
Diabetes mellitus tipo I	25
Diabetes mellitus tipo II	26
Diabetes gestacional	27
Divertículos	28
Dislipidemias	29
EPOC	30
ERGE	31
EVC	32
Esófago de bárrete	33
Gastritis	34
Hemicolectomía derecha	35

Hemicolectomía izquierda.....	36
Hemodiálisis	37
Hepatitis	38
Hipertiroidismo	39
Hipotiroidismo	40
Hipertensión arterial	41
Ileostomía	42
IRA	43
IRC	44
Litiasis renal	45
Litiasis biliar	46
Lupus	47
Obesidad	48
Obstrucción biliar	49
Sigmoidectomía	50
Síndrome de intestino corto	51
Síndrome de Cushing	52
VIH	53
Conclusión	54
Bibliografía	55

Introducción

En este trabajo hablaremos de un manual de dietas de diferentes patológicas, ya que como personal de salud es importante el conocer que alimentos se deben de ingerir y el cuales no, en este manual se hablara de 44 patologías en la cual se describirán el nombre de la dieta, en el que consiste, los alimentos permitidos y no permitidos.

Por lo tanto es importante saber que la finalidad de este manual es que el paciente pueda tener un control correcto de la patología que llegue a presentar, dada que este manual está basada en leyes alimentarias ya que se considera que la dieta será cualitativa y cuantitativa; a lo que se refiere es que una alimentación saludable es completa, variada, inocua, adecuada, equilibrada y suficiente.

Con la finalidad de aportar todos los nutrientes necesarios al organismo y estas dietas estarán adecuadas a la forma de vivir del paciente, a sus posibilidades en todos los aspectos y con todo esto se busca la mejora de los pacientes

Objetivo general

Como objetivo tenemos garantizar una dieta adecuada, equilibra e inocua al paciente respecto a la patología que llegue a presentar

Objetivos específicos

- 1.- Adecuar las dietas a la economía del paciente
- 2.- Buscar la mejora del paciente con la dieta adecuada que deberá llevar
- 3.- Que el pacienta pueda tener en cuenta que alimentos deba de ingerir y cuales no

Desarrollo de los temas

Angina de pecho estable

Tipo de dieta:

Dieta variada equilibrada

En que consiste la dieta:

Consiste en comer alimentos con menos grasa o sin grasa, así como el consumo de alimentos proteicos como lo son el pescado, frijoles y pollo sin piel, así como evitar el comer productos en altos contenidos de sal o ponerles demasiada sal a las comidas, así como evitar los alimentos fritos, los alimentos procesados y los productos horneados.

Tipos de alimentos permitidos en esta patología:

Frutas	Pollo sin piel
Verduras	Productos lácteos bajos en grasa
Grano entero	Leche descremada
Pescado	Yogurt bajos en grasa
Frijoles	Producto lácteo sin grasa

Tipos de alimentos no permitidos en esta patología:

Alimentos altos en sal	Alimentos que tengan grasas saturadas
Alimentos procesados	Productos horneados
Alimentos fritos	Crema
Disminuir consumo de lácteos	Huevos
Queso	Leche

Angina de pecho inestable:

Tipo de dieta:

Dieta adecuada adecuado al aporte de calorías

En que consiste la dieta:

Consiste en aporte de 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, también se necesitan suficientes proteínas, deben aportar ácidos grasos esenciales como lo es omega 3 y 6, minerales como el calcio y el magnesio, y antioxidantes como la vitamina E y C.

Alimentos permitidos en esta patología

Frutas	Pescado
Verduras	Frijoles
Brócoli, cebolla, ajo	Leche descremada
Rábano, lechuga, algas	Nueces
Pollo sin piel	Frutos secos

Alimentos no permitidos en esta patología

Alimentos procesados	Alimentos con grasas saturadas
Alimentos horneados	Leche
Alimentos bajas en sal	Alimentos fritos
Alimentos fritos	Crema
Alimentos lácteos	Queso

Cáncer de cervicouterino

Nombre de dieta

Dieta balanceada

En que consiste la dieta

Incluir 5 frutas y verduras de distintos colores ayuda a obtener diferentes vitaminas y minerales necesarios para el cuerpo. Consumir alimentos ricos en fibra y dieta mediterránea que es caracterizada por una alta ingesta de verduras, legumbres, frutas y nueces, cereales, pescado, y una alta proporción de lípidos insaturados a saturados

Alimentos permitidos en esta patología

Verduras de hoja verde (como espinaca, lechuga, col rizada, acelga)	Pimiento
Brócoli, repollo, coliflor	Tomates
Champiñones	Repollo
Espárragos	Coliflor
Calabacita	Lechuga

Alimentos no permitidos en esta patología

Alcohol	Embutidos
Azúcar añadida	Alimentos con demasiada sal
Grasas saturadas	Hamburguesa
Carne roja	Papas fritas
Carnes procesadas	

Cáncer de mama

Nombre de dieta:

Dieta mediterránea

En que consiste la dieta:

Son perfectamente asimilables a una dieta orientada a la prevención del cáncer: consumo diario, abundante y variado de fruta y verdura; consumo diario de variedad de cereales, preferiblemente integrales; uso del 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 a la carne roja y carne procesada; consumo poco frecuente de alimentos ultra procesados y con alto contenido de azúcares refinados.

Alimentos permitidos en esta patología

Verduras de hoja verde (como espinaca, lechuga, col rizada, acelga)	Pimiento
Brócoli, repollo, coliflor	Tomates
Champiñones	Repollo
Espárragos	Coliflor
Calabacita	Lechuga

Alimentos no permitidos en esta patología

Alcohol	Embutidos
Azúcar añadida	Alimentos con demasiada sal
Grasas saturadas	Hamburguesa
Carne rojas	Papas fritas
Carnes procesadas	

Cáncer de próstata

Nombre de la dieta

Mediterránea

En que consiste la dieta

Consistente en un consumo elevado de frutas y vegetales, cereales, frutos secos (almendras, nueces), semillas, aceite de oliva virgen extra como fuente principal de grasas, consumo moderado de quesos y yogurt, bajo consumo de azúcares o harinas refinadas y de carnes rojas o procesadas y elevado consumo de pescado- ha mostrado su beneficio para disminuir el riesgo de padecer cáncer de próstata o para reducir la aparición de recidiva en los casos que lo han desarrollado

Alimentos permitidos en esta patología

Frutos rojos	Brócoli
Semillas de linaza	Coliflor
Huevos	Repollo
Alimentos con cúrcuma	Pollo sin piel
Verduras	Pavo sin piel

Alimentos no permitidos en esta patología

Carnes rojas	Mantequilla
Productos lácteos con alto contenido de grasas	Tocino
Alimentos horneados	Alimentos procesados
Alimentos curados	Salchicha
Tocino	Jamón

Cáncer hepático

Nombre de la dieta:

Alimentación modificada en el contenido de sodio

En que consiste la dieta:

La ingestión de sodio en la dieta se controla para mantener el estado de hidratación, para impedir la retención de líquidos o la hipertensión y para facilitar el manejo de la insuficiencia hepática, renal y cardiaca.

Alimentos permitidos en esta patología

Frutas	Pescado
Vegetales	Vitamina B,C, D
Proteína magra	Aguacate
Leguminosas	Nueces
Pollo	Aceite de oliva

Alimentos no permitidos en esta patología

Aceites vegetales	Evitar alimentos con sal
Refrescos azucarados	Enlatados, curtidos
Mariscos crudos	Queso
Carnes crudas	Salsas preparadas

Cáncer renal

Nombre de la dieta

Dieta equilibrada

En que consiste la dieta

Esta ayuda a evitar la desnutrición causada por la misma enfermedad y los efectos secundarios del tratamiento como la quimioterapia, radioterapia, hemodiálisis entre otras, proporciona un aporte de nutrientes adecuado a las necesidades individuales de cada persona para el mantenimiento de la salud y debe cubrir las demandas energéticas del organismo.

Alimentos permitidos en esta patología

Pollo	Verduras
Pescado	pan blanco, bagels, panecillos para sándwich, galletas tipo cracker sin sal, pasta
Panela	Bayas, uvas, cerezas, manzanas, ciruelas
Legumbre	Huevos
Vitaminas	Marisco sin sal

Alimentos no permitidos en esta patología

Carnes rojas como cerdo, cordero, embutidos	Frutas acidas y cítricas
Pescado y sus derivados	Naranja, mandarina, limón
Legumbre como garbanzo, lentejas	Brócoli, alcachofa y tomate
Lácteos enteros	Café
Mantequilla, margarina	Alcohol

Cáncer testicular

Nombre de la dieta

Mediterránea

En que consiste la dieta

Consistente en un consumo elevado de frutas y vegetales, cereales, frutos secos (almendras, nueces), semillas, aceite de oliva virgen extra como fuente principal de grasas, consumo moderado de quesos y yogurt, bajo consumo de azúcares o harinas refinadas y de carnes rojas o procesadas y elevado consumo de pescado- ha mostrado su beneficio para disminuir el riesgo de padecer cáncer de próstata o para reducir la aparición de recidiva en los casos que lo han desarrollado

Alimentos permitidos en esta patología

Frutos rojos	Brócoli
Semillas de linaza	Coliflor
Huevos	Repollo
Alimentos con cúrcuma	Pollo sin piel
Verduras	Pavo sin piel

Alimentos no permitidos en esta patología

Carnes rojas	Mantequilla
Productos lácteos con alto contenido de grasas	Tocino
Alimentos horneados	Alimentos procesados
Alimentos curados	Salchicha
Tocino	Jamón

Cirugía de colectomía

Nombre de la dieta

Dieta de líquidos claros

En que consiste la dieta:

Provee líquidos, electrolitos y energía en forma de alimentos de fácil digestión y proporciona un mínimo de residuo intestinal. Los líquidos utilizados deben tener una osmolalidad máxima de 250 miliosmoles por litro (mOsm/l), por lo que deben diluirse los líquidos que rebasen esta cifra. Los líquidos que proveen son traslúcidos.

Alimentos permitidos en esta patología

crema de trigo	Melón blando
cereal seco hecho de arroz	Platanos maduros
Pan blanco, pasta blanca	Jugos sin pulpa
Yogurt	Huevo
Leche de soya	Pescado

Alimentos no permitidos en esta patología

Alimentos con alto contenido de fibra	Pan integral
Verduras crudas	Frutas secas
Frutas crudas	Frijoles secos
Arroz integral	
Avena	

Cirugía de hemicolectomía derecha

Nombre de la dieta

Dieta de líquidos claros

En que consiste la dieta:

Provee líquidos, electrolitos y energía en forma de alimentos de fácil digestión y proporciona un mínimo de residuo intestinal. Los líquidos utilizados deben tener una osmolalidad máxima de 250 miliosmoles por litro (mOsm/l), por lo que deben diluirse los líquidos que rebasen esta cifra. Los líquidos que proveen son traslúcidos.

Alimentos permitidos en esta patología

crema de trigo	Melón blando
cereal seco hecho de arroz	Plátanos maduros
Pan blanco, pasta blanca	Jugos sin pulpa
Yogurt	Huevo
Leche de soya	Pescado

Alimentos no permitidos en esta patología

Alimentos con alto contenido de fibra	Pan integral
Verduras crudas	Frutas secas
Frutas crudas	Frijoles secos
Arroz integral	
Avena	

Cirugía de hemicolectomía izquierda

Nombre de la dieta

Menor contenido en fibra y alimentos blandos

En que consiste la dieta

No es necesario seguir una dieta especial, pero el tener una en menor contenido de fibra ayudara para la finalidad es ralentizar el tránsito intestinal, los alimentos blandos son alimentos cocinados, fáciles de digerir que no son picantes, pesados ni fritos.

Alimentos permitidos en esta patología

Quesos frescos	Yogur natural descremado
Carnes magras	Jamón cocido
Pescado	Pollo y pavo sin piel
Huevo	Pan blanco

Alimentos no permitidos en esta patología

Cereales integrales	Mariscos
Legumbres enteras	Pan integral
Carnes grasosas	Alimentos en escabeche
Pescado ahumado	Carne de pato
Conservas en aceite	Carne de cordero

Cirugía de ileostomía

Nombre de la dieta

Alimentos blandos y con bajo contenido de fibra

En que consiste la dieta

Después de la intervención quirúrgica introduzca los alimentos poco a poco y en pequeñas cantidades, ayudara para la finalidad es ralentizar el tránsito intestinal, los alimentos blandos son alimentos cocinados, fáciles de digerir que no son picantes, pesados ni fritos.

Alimentos permitidos en esta patología

Helados o sorbetes con bajo contenido de grasa	Verduras bien cocidas, sin cáscara ni semillas, como papa, calabacita
Huevos	Pan blanco, pasta y arroz
Queso	Carne sin grasa visible
Yogurt	Frutas peladas y cocidas
Leche descremada	Jugo de fruta sin pulpa (excepto el jugo de ciruela y de uva)

Alimentos no permitidos en esta patología

Frutas crudas	Alimentos fritos
Manzana, uva, ciruela	Bebidas gaseosas
Pan integral, arroz integral	Bebidas alcohólicas
Frijoles, guisantes y frijoles	Carnes rojas
Leche entera	Verduras crudas

Cirugía de sigmoidectomía

Nombre de la dieta

Bajo contenido en fibra

En que consiste la dieta

En general, cuanto más proximal sea la ostomía menor contenido en fibra aportará la dieta, la finalidad es ralentizar el tránsito intestinal, esta dieta incluye frutas y verduras cocidas y sin cáscara, no deben utilizarse cereales integrales ni leguminosas.

Alimentos permitidos en esta patología

Queso fresco natural descremada	Carnes magras
Pescado blanco	Zanahoria cocida
Huevos	Calabaza cocida
Pollo y pavo sin piel	Calabacín sin piel
Jamón cocido	Leche descremada

Alimentos no permitidos en esta patología

Cereales integrales	Mariscos
Legumbres enteras	Pan integral
Carnes grasosas	Alimentos en escabeche
Pescado ahumado	Carne de pato
Conservas en aceite	Carne de cordero

Cetoacidosis diabética

Nombre de la dieta

Dieta hipolipemiante

En que consiste la dieta

Dieta única basada en la reducción de la ingesta de grasa total, grasa saturada, colesterol y azúcar refinado, y el aumento paralelo del consumo de hidratos de carbono complejos y grasa insaturada, se tiene que estimular la alimentación a base de cereales complejos, frutas, verduras, legumbres y pescado. Limitar la ingesta de carnes rojas, huevos y quesos grasos.

Alimentos permitidos en esta patología

frutas enteras	vegetales sin almidón
legumbres, como los frijoles	Atún
granos integrales como avena o quínoa	Sardinas
Camote	Salmon
Aceite de oliva	Aguacate

Alimentos no permitidos en esta patología

Margarina y manteca	Mariscos
Alimentos procesados	Pan blanco
Productos horneados	Manteca
Bebidas azucaradas	
Bebidas gaseosas	

Cirrosis hepática no alcohólica

Nombre de la dieta

Dieta baja en sodio

En que consiste la dieta

Una dieta baja en sodio restringe la cantidad de sodio (sal) en la dieta, la cual debería tratar de consumir no más de 2,300 miligramos (mg) de sodio por día, es aproximadamente una cucharadita de sal de mesa

Alimentos permitidos en esta patología

Arroz	Fibra
Avena	Frutas y vegetales
Maíz entero	Proteína magra
Pastas y panes	Leguminosas
Cereales sin azúcar	Pollo

Alimentos no permitidos en esta patología

Sal de mesa	Tocino, chorizo
Comidas congeladas	Mariscos crudos
Sopas	Papas fritas
Comida curada	Comida enlatada
Curtidos	Comida empaquetada

Cáncer de páncreas

Nombre de la dieta

Dieta enteral

En qué consiste la dieta

La nutrición enteral es una técnica de soporte nutricional, por la cual, se suministra una dieta nutricionalmente completa (que contenga proteínas o aminoácidos, carbohidratos, lípidos, agua, minerales, vitaminas y con/sin fibra) directamente al aparato digestivo.

Alimentos permitidos en esta patología

Mayonesa sin grasa	carnes rojas, las aves o el pescado
Aderezo sin grasa	Pan
sustitutos de la mantequilla	Galleta
cereales de granos integrales	Arroz
Salmon	Albaca y menta

Alimentos no permitidos en esta patología

Chocolate	Salchicha
Leche entera	Tocino
Alimentos procesados	Alimentos con alto contenido de grasa
Queso	Mantequilla y margarina
Aguacate	Salsas cremosas

COVID

Nombre de la dieta

Dieta Suave

En qué consiste la dieta

La dieta suave provee una alimentación completa con alimentos sólidos de consistencia suave. Puede incluir los alimentos de una dieta normal preparados de manera que su consistencia sea suave, las verduras y frutas al horno, hervidas o al vapor, y en algunos casos sin cáscara; las carnes de res y puerco molidas, el pescado y el pollo son muy útiles por la consistencia

Alimentos permitidos en esta patología

Cereales integrales	Carne
Futas	Pescado
Verduras	Leche
Lentejas	Huevo
Garbanzo	Arroz

Alimentos no permitidos en esta patología

Alimentos enlatados	Alcohol
Alimentos embutidos	Reducir ingesta de sal
Alimentos altos en grasas	Limitar el consumo de grasas
Alimentos procesados	Comida chatarra
Alimentos altos en sodio	Bebidas gaseosas

Diálisis

Nombre de la dieta

Plan de alimentación Hiperproteínico

En qué consiste la dieta

Una vez que usted empiece la diálisis, necesitará comer más proteína, se puede recomendar una dieta rica en proteína, la ingestión de proteínas en la dieta se debe aumentar cuando se requiere lograr un balance positivo de nitrógeno en pacientes hipercatabólicos, la relación energía-nitrógeno debe ser suficiente y es necesario vigilar la función renal.

Alimentos permitidos en esta patología

Aceite de oliva	Arroz
Pasta magra	Fruta en almíbar
Manzana	Pescado
Pera	Plátano
Sandia	Melón

Alimentos no permitidos en esta patología

Aguacate	Carnes rojas
Alimentos enlatados alimentos procesados	Cerdo
Alimentos integrales	Carnes procesadas
Productos lácteos	
Tomates	

Diabetes mellitus tipo I

Nombre de la dieta

Plan de alimentación modificado en hidratos de carbono

En qué consiste la dieta

La diabetes tipo I es la que conlleva más riesgos, se necesita un control más estricto en cuanto a la alimentación.

Lo importante es que el enfermo lleve a cabo una alimentación sana, variada y equilibrada, como la que podría llevar cualquier persona, pero hay que prestar especial atención en los hidratos de carbono, ya que son los que influyen directamente sobre los niveles de glucemia después de cada ingesta.

Alimentos permitidos en esta patología

Verduras	Mariscos
Hortalizas	Lácteos bajos en grasa
Pollo sin piel	
Pavo sin piel	
Pescado	

Alimentos no permitidos en esta patología

Chocolate	Alcohol
Pasteles	Productos procesados
Refrescos con azúcares	Alimentos altas en grasas
Bebidas gaseosas	
Bebidas azucaradas	

Diabetes mellitus tipo II

Nombre de la dieta

Plan de alimentación modificado en hidratos de carbono

En qué consiste la dieta

La diabetes tipo I es la que conlleva más riesgos, se necesita un control más estricto en cuanto a la alimentación.

Lo importante es que el enfermo lleve a cabo una alimentación sana, variada y equilibrada, como la que podría llevar cualquier persona, pero hay que prestar especial atención en los hidratos de carbono, ya que son los que influyen directamente sobre los niveles de glucemia después de cada ingesta.

Alimentos permitidos en esta patología

Brócoli	Arroz
Zanahoria	Avena
Vegetales de hojas verdes	Pan
Papas	Pasta
Maíz	Alimentos de grasa magra

Alimentos no permitidos en esta patología

Alimentos fritos	Helados
Alimentos con grasa saturada	Bebidas gaseosas
Alimento con alto contenido de sal	Alimentos con alto contenido de sodio
Productos horneados	Jugos
Bebidas con azúcares agregados	

Diabetes gestacional

Nombre de la dieta

Plan de alimentación modificado en hidratos de carbono

En qué consiste la dieta

Consiste en mantener un equilibrio entre los alimentos y mayormente en esta patología ya que se deben de controlar los niveles de glucemia en el embarazo, se debe llevar una dieta sana y equilibrada, adecuando la cantidad calórica de los alimentos que tomas para cada día. Si se sigue este tipo de dieta, el nivel de azúcar en sangre se mantendrá estable.

Alimentos permitidos en esta patología

Mandarinas, pomelo, naranjas, kiwi.	mandarinas, pomelo, naranjas, kiwi
Hortalizas y verduras de hoja verde	espinacas, acelgas, crucíferas, apio
Cereales integrales	Arroz integral, avena, pasta de trigo entero.
Frutos rojos	cerezas, fresas y frambuesas
Tomate	Yogur y leche desnatados

Alimentos no permitidos en esta patología

Azúcar refinado	Zumos
Miel	Dulces
Leche condensada	Refrescos enlatados
Chocolates	Alimentos con grasas saturadas
Helados	Alimentos precocinados

Divertículos

Nombre de la dieta

Plan de alimentación con alto contenido de fibra

En qué consiste la dieta

Consiste en el buen funcionamiento del intestino, por lo que la fibra es fundamental para el adecuado funcionamiento de este. Ya que los divertículos son bolsas abultadas y pequeñas que se pueden formar en el revestimiento del sistema digestivo, por lo general, se encuentran en la parte inferior del intestino grueso.

Alimentos permitidos en esta patología

Guisantes	Espárragos
Avenas	Plátano
Manzanas	Judías blancas
Pan integral	
Brócoli	

Alimentos no permitidos en esta patología

Huevos	Alimentos procesados
Embutidos	Alimentos curtidos
Carnes rojas	Pan
Productos lácteos	Arroz blanco

Dislipidemias

Nombre de la dieta

Plan de alimentación modificado en el contenido de lípidos

En qué consiste la dieta

Las dietas con modificación en el contenido de lípidos se utilizan para reducir los lípidos séricos y en pacientes con hiperlipidemias, dislipidemias y problemas cardiovasculares, esta se trata de una dieta normo calórica aumentada o disminuida en ácidos grasos (lípidos) para tratar o sobre llevar alguna enfermedad de un individuo.

Alimentos permitidos en esta patología

Pollo y pavo sin piel	Clara de huevo
Pescado	Yogurt de productos lácteos
Carne magra	Quesos
Carnes rojas	Lentejas
Cordero	Garbanzo

Alimentos no permitidos en esta patología

Embutidos	Bebidas alcohólicas
Carnes grasas	Bebidas azucaradas
Manteca	Salsas con materias grasas
Caramelos	Pastelería
Mantequilla	Crema de leche

EPOC

Nombre de la dieta

Plan de alimentación modificado en hidratos de carbono

En qué consiste la dieta

Disminuir la ingestión de carbohidratos que favorecen la creación del CO₂ (40%- 50% en lugar de 50%- 60%). Evitar el exceso de proteínas (15-20%), porque también pueden aumentar la producción de CO₂ y reducir el suministro de oxígeno en los pulmones.

Alimentos permitidos en esta patología

Verduras y hortalizas frescas	Pescado
Leche	Pavo sin piel
Yogurt	Pollo sin piel
Pan sin sal	Huevo
Legumbres	Aceite de oliva

Alimentos no permitidos en esta patología

Purés	Carne ahumada
Quesos	Mantequilla sin sal
Verduras crudas	Alimentos curados
Embutidos	Alimentos crudos
Carne salada	

ERGE

Nombre de la dieta

Dieta Blanda

En qué consiste la dieta

La dieta blanda incluye alimentos preparados con muy pocas grasas o aceites, especias y condimentos. Además, limita o elimina el café, el café descafeinado, otras bebidas que contengan cafeína y las alcohólicas, es decir, todas aquellas que son irritantes de la mucosa gástrica o estimulantes de la secreción de ácido. El contenido de fibra dietética puede variar en la dieta blanda, pues se ha comprobado que la fibra no tiene un efecto irritante sobre la mucosa del aparato gastrointestinal, aunque algunos sujetos presentan problemas de flatulencia y distensión abdominal, en cuyo caso puede ser necesario modificar el tipo de fibra o eliminarla de la alimentación.

Alimentos permitidos en esta patología

Vegetales bajas en azúcar	Manzana
Avena	Clara de huevo
Jengibre	Aguacate
Melón	Nueces
Banana	Linaza

Alimentos no permitidos en esta patología

Alimentos fritos	Tomate
Chocolate	Alcohol
Menta	Café
Alimentos picantes	Bebidas alcohólicas
Alimentos procesados	Comidas enlatadas

EVC

Nombre de la dieta

Plan de alimentación modificado en el contenido de sodio

En qué consiste la dieta

La ingestión de sodio en la dieta se controla para mantener el estado de hidratación, para impedir la retención de líquidos o la hipertensión, ya que Los factores que aumentan la probabilidad de tener un EVC están la presión arterial alta, enfermedades cardíacas, entre otros factores, es por ello que es de suma importancia controlar la ingesta de este en un paciente que haya tenido un EVC.

Alimentos permitidos en esta patología

Vegetales bajas en azúcar	Manzana
Avena	Clara de huevo
Jengibre	Aguacate
Melón	Nueces
Banana	Linaza

Alimentos no permitidos en esta patología

Huevos	Alimentos procesados
Embutidos	Alimentos curtidos
Carnes rojas	Pan
Productos lácteos	Arroz blanco

Esófago de bórrete

Nombre de la dieta

Dieta blanda

En qué consiste la dieta

La dieta implica la modificación de ciertas preparaciones y platillos para cumplir las características que la identifican. La dieta blanda incluye alimentos preparados con muy pocas grasas o aceites, especias y condimentos, su característica principal es que sean bajas en fibra insoluble (legumbre, verduras y ciertas frutas), baja en grasa, extensa en lactosa, sin alimentos irritantes (bebidas gaseosas, café, grasas, picantes), ni flatulentos (col, coliflor, repollo, alcachofas).

Alimentos permitidos en esta patología

Vegetales bajas en azúcar	Manzana
Avena	Clara de huevo
Jengibre	Aguacate
Melón	Nueces
Banana	Linaza

Alimentos no permitidos en esta patología

Alimentos fritos	Tomate
Chocolate	Alcohol
Menta	Café
Alimentos picantes	Bebidas alcohólicas
Alimentos procesados	Comidas enlatadas

Gastritis

Nombre de la dieta

Dieta blanda

En qué consiste la dieta

La dieta implica la modificación de ciertas preparaciones y platillos para cumplir las características que la identifican. La dieta blanda incluye alimentos preparados con muy pocas grasas o aceites, especias y condimentos, su característica principal es que sean bajas en fibra insoluble (legumbre, verduras y ciertas frutas), baja en grasa, extensa en lactosa, sin alimentos irritantes (bebidas gaseosas, café, grasas, picantes), ni flatulentos (col, coliflor, repollo, alcachofas).

Alimentos permitidos en esta patología

Vegetales bajas en azúcar	Manzana
Avena	Clara de huevo
Jengibre	Aguacate
Melón	Nueces
Banana	Linaza

Alimentos no permitidos en esta patología

Alimentos fritos	Tomate
Chocolate	Alcohol
Menta	Café
Alimentos picantes	Bebidas alcohólicas
Alimentos procesados	Comidas enlatadas

Hemicolectomía derecha

Nombre de la dieta

Dieta de líquidos claros

En qué consiste la dieta

La dieta de líquidos claros provee líquidos, electrolitos y energía en forma de alimentos de fácil digestión y proporciona un mínimo de residuo intestinal. Los líquidos utilizados deben tener una osmolalidad máxima de 250 miliosmoles por litro (misma/l), por lo que deben diluirse los líquidos que rebasen esta cifra. Los líquidos que proveen son traslúcidos.

Alimentos permitidos en esta patología

Alimentos líquidos	Pescado
Nieve	Yogurt
Agua de fruta	Gelatina
Huevos	Paletas heladas de agua
Leche	Agua natural y de futa

Alimentos no permitidos en esta patología

Verduras crudas	Fibra soluble
Frutas crudas	Bebidas carbonatadas
Brócoli	Bebidas alcohólicas
Comidas picantes	Quesos
Café	Frijoles

Hemicolectomía izquierda

Nombre de la dieta

Dieta de líquidos claros

En qué consiste la dieta

La dieta de líquidos claros provee líquidos, electrolitos y energía en forma de alimentos de fácil digestión y proporciona un mínimo de residuo intestinal. Los líquidos utilizados deben tener una osmolalidad máxima de 250 miliosmoles por litro (misma/l), por lo que deben diluirse los líquidos que rebasen esta cifra. Los líquidos que proveen son traslúcidos.

Alimentos permitidos en esta patología

Alimentos líquidos	Pescado
Nieve	Yogurt
Agua de fruta	Gelatina
Huevos	Paletas heladas de agua
Leche	Agua natural y de futa

Alimentos no permitidos en esta patología

Verduras crudas	Fibra soluble
Frutas crudas	Bebidas carbonatadas
Brócoli	Bebidas alcohólicas
Comidas picantes	Quesos
Café	Frijoles

Hemodiálisis

Nombre de la dieta

Dieta hiperproteínico

En qué consiste la dieta

La ingestión de proteínas en la dieta se debe aumentar cuando se requiere lograr un balance positivo de nitrógeno en pacientes hipercatabólicos o con pérdida masiva de proteínas por orina, la relación energía-nitrógeno debe ser suficiente y es necesario vigilar la función renal, la dieta hiperproteica, también conocida como la dieta de las proteínas, consiste en una alimentación basada en una elevada ingesta de proteínas, reduciendo además el aporte de carbohidratos y grasas al organismo.

Alimentos permitidos en esta patología

Carne magra	Pasta
Fruta en almibar	Macarrones
Pescado	Lácteos desnatados
Aceite de oliva	
Lácteos	

Alimentos no permitidos en esta patología

Tomate	Café
Frutos secos	Alimentos procesados
Chocolate	Platano
Uva	Alimentos curados
Bebidas gaseosas	

Hepatitis

Nombre de la dieta

Dieta hiperproteínico

En qué consiste la dieta

La ingestión de proteínas en la dieta se debe aumentar cuando se requiere lograr un balance positivo de nitrógeno en pacientes hipercatabólicos o con pérdida masiva de proteínas por orina, la relación energía-nitrógeno debe ser suficiente y es necesario vigilar la función renal, la dieta hiperproteica, también conocida como la dieta de las proteínas, consiste en una alimentación basada en una elevada ingesta de proteínas, reduciendo además el aporte de carbohidratos y grasas al organismo.

Alimentos permitidos en esta patología

Carne magra	Pasta
Fruta en almibar	Macarrones
Pescado	Lácteos desnatados
Aceite de oliva	
Lácteos	

Alimentos no permitidos en esta patología

Tomate	Café
Frutos secos	Alimentos procesados
Chocolate	Plátano
Uva	Alimentos curados
Bebidas gaseosas	

Hipertiroidismo

Nombre de la dieta

Dieta baja en sodio

En qué consiste la dieta

Consiste en eliminar completamente de la dieta aquellos alimentos con exceso de yodo, así como promover la ingesta de alimentos para secuestrar el yodo, La base de tu dieta hipertiroidismo es aumentar el consumo de algunos alimentos que reducen la actividad tiroidea y reducir el consumo de alimentos hipertiroides. En general, no hay ninguna dieta para el hipotiroidismo, pero se trata de llevar a la ingesta más adecuada de alimentos.

Alimentos permitidos en esta patología

Carnes de ternera, pavo, pollo y pescado ricos en selenio	Apio, naranja, limón, zanahoria, aguacate, ciruela, berenjena y melocotón.
Repollo, coliflor, brócoli, rábano, y coles de Bruselas	Espárragos
Frutas frescas como ciruela, melón, limón y naranjas	Papas
Piñones, champiñones, hortalizas y trigo	Pescado
Hortalizas	Huevo

Alimentos no permitidos en esta patología

Habas, soja, maíz, girasol, guisantes y lentejas	Espinaca
Manzana	Ajo
Piña	Algas
Sal yodada	Mariscos
Tomate	Hierbas

Hipotiroidismo

Nombre de la dieta

Rica en yodo

En qué consiste la dieta

Como tal no existe una dieta establecida para el hipotiroidismo, pero si se puede llevar un régimen alimenticio para tener un control sobre la salud del paciente sin embargo el yodo adecuado en la dieta es esencial para la función normal de la tiroides.

La dieta para tratar el hipotiroidismo, por lo general, debe ser rica en yodo (un mínimo de 150 microgramos al día), para lo que es necesario utilizar alimentos con alto contenido en yodo, evitando aquellos que limitan su absorción, su incorporación al tiroides (los alimentos bocígenos) o facilitan su eliminación por la orina.

Alimentos permitidos en esta patología

Sal hoyada	Lentejas
Pescado	Lácteos
Marisco	Habas
Tomate	Frutos secos
Espinacas	Avena

Alimentos no permitidos en esta patología

Nuez	Lombarda
Zanahoria	Soja
Rábano	Sopas
Repollo	Caldos
Coliflor	Cacahuete

Hipertensión arterial

Nombre de la dieta

Plan de alimentación modificado en el contenido de sodio

En qué consiste la dieta

La ingestión de sodio en la dieta se controla para mantener el estado de hidratación, para impedir la retención de líquidos o la hipertensión, ya que Los factores que aumentan la probabilidad de tener un EVC están la presión arterial alta, enfermedades cardíacas, entre otros factores, es por ello que es de suma importancia controlar la ingesta de este en un paciente que haya tenido un EVC.

Alimentos permitidos en esta patología

Vegetales bajas en azúcar	Manzana
Avena	Clara de huevo
Jengibre	Aguacate
Melón	Nueces
Banana	Linaza

Alimentos no permitidos en esta patología

Huevos	Alimentos procesados
Embutidos	Alimentos curtidos
Carnes rojas	Pan
Productos lácteos	Arroz blanco

Ileostomía

Nombre de la dieta

Dieta blanda

En qué consiste la dieta

La dieta implica la modificación de ciertas preparaciones y platillos para cumplir las características que la identifican. La dieta blanda incluye alimentos preparados con muy pocas grasas o aceites, especias y condimentos, su característica principal es que sean bajas en fibra insoluble (legumbre, verduras y ciertas frutas), baja en grasa, extensa en lactosa, sin alimentos irritantes (bebidas gaseosas, café, grasas, picantes), ni flatulentos (col, coliflor, repollo, alcachofas).

Alimentos permitidos en esta patología

Leche descremada	Productos lácteos sin grasa
Yogurt	Clara de huevo
Jengibre	Aguacate
Melón	Nueces
Banana	Linaza

Alimentos no permitidos en esta patología

Alimentos fritos	Tomate
Chocolate	Alcohol
Menta	Café
Alimentos picantes	Bebidas alcohólicas
Alimentos procesados	Comidas enlatadas

IRA

Nombre de la dieta

Dieta rica en vitamina C

En qué consiste la dieta

Para las infecciones respiratorias agudas se recomienda la ingesta abundante y adecuada de vitamina C, que se puede encontrar en los cítricos, como los limones, naranjas, toronja y mandarina, poseen vitamina C, lo cual ayuda a fortalecer el sistema inmune y así a mantener el cuerpo protegido y alerta ante cualquier gripe, resfriado o catarro. Además, consumir alimentos ricos en magnesio, como nueces, cereales, semillas, zanahorias, espinacas y mariscos es esencial para una buena salud. El magnesio puede ayudar a relajar el músculo liso de las vías respiratorias y ayudar a controlar la respuesta del cuerpo a las infecciones.

Alimentos permitidos en esta patología

Limón, naranja, toronja, mandarina.	Cebollas
mango, espinaca, kiwi	Jarabe
Pescados	Sopa
Jengibre	Miel
Verduras	Espinacas

Alimentos no permitidos en esta patología

Avena integral	Arroz integral
Pan integral	Refrescos
Pasta	
Bebidas alcohólicas	
Bebidas gaseosas	

IRC

Nombre de la dieta

Plan de alimentación baja en proteínas y electrolitos

En qué consiste la dieta

Consiste en limitar los líquidos, consumir una dieta baja en proteína, reducir el consumo de sal, potasio, fósforo y otros electrólitos, y obtener suficientes calorías si está bajando de peso.

Alimentos permitidos en esta patología

Amaranto	Betabel
Avena cocida	Ejotes
Arroz blanco	Chicharos
Sopas cocidas	Pepino
Esparrago	Jícama

Alimentos no permitidos en esta patología

Alimentos procesados	Sopas enlatados
Alimentos curtidos	Bebida alcohólica
Jamón	Bebidas gaseosas
Salchicha	
Salsa de soya	

Litiasis renal

Nombre de la dieta

Dieta blanda

En qué consiste la dieta

La dieta implica la modificación de ciertas preparaciones y platillos para cumplir las características que la identifican. La dieta blanda incluye alimentos preparados con muy pocas grasas o aceites, especias y condimentos, su característica principal es que sean bajas en fibra insoluble (legumbre, verduras y ciertas frutas), baja en grasa, extensa en lactosa, sin alimentos irritantes (bebidas gaseosas, café, grasas, picantes), ni flatulentos (col, coliflor, repollo, alcachofas).

Alimentos permitidos en esta patología

Vegetales bajas en azúcar	Manzana
Avena	Clara de huevo
Jengibre	Aguacate
Melón	Nueces
Banana	Linaza

Alimentos no permitidos en esta patología

Alimentos fritos	Tomate
Chocolate	Alcohol
Menta	Café
Alimentos picantes	Bebidas alcohólicas
Alimentos procesados	Comidas enlatadas

Litiasis biliar

Nombre de la dieta

Plan de alimentación modificado en hidratos de carbono

En qué consiste la dieta

La diabetes tipo I es la que conlleva más riesgos, se necesita un control más estricto en cuanto a la alimentación.

Lo importante es que el enfermo lleve a cabo una alimentación sana, variada y equilibrada, como la que podría llevar cualquier persona, pero hay que prestar especial atención en los hidratos de carbono, ya que son los que influyen directamente sobre los niveles de glucemia después de cada ingesta.

Alimentos permitidos en esta patología

Brócoli	Arroz
Zanahoria	Avena
Vegetales de hojas verdes	Pan
Papas	Pasta
Maíz	Alimentos de grasa magra

Alimentos no permitidos en esta patología

Alimentos fritos	Helados
Alimentos con grasa saturada	Bebidas gaseosas
Alimento con alto contenido de sal	Alimentos con alto contenido de sodio
Productos horneados	Jugos
Bebidas con azúcares agregados	

Lupus

Nombre de la dieta

Plan de alimentación modificado en el contenido de lípidos

En qué consiste la dieta

Las dietas con modificación en el contenido de lípidos se utilizan para reducir los lípidos séricos y en pacientes con hiperlipidemias, dislipidemias y problemas cardiovasculares, esta se trata de una dieta normo calórica aumentada o disminuida en ácidos grasos (lípidos) para tratar o sobre llevar alguna enfermedad de un individuo.

Alimentos permitidos en esta patología

Pollo y pavo sin piel	Clara de huevo
Pescado	Yogurt de productos lácteos
Carne magra	Quesos
Carnes rojas	Lentejas
cordero	Garbanzo

Alimentos no permitidos en esta patología

Embutidos	Bebidas alcohólicas
Carnes grasas	Bebidas azucaradas
Manteca	Salsas con materias grasas
Caramelos	Pastelería
Mantequilla	Crema de leche

Obesidad

Nombre de la dieta

Dieta hiperproteínico

En qué consiste la dieta

La ingestión de proteínas en la dieta se debe aumentar cuando se requiere lograr un balance positivo de nitrógeno en pacientes hipercatabólicos o con pérdida masiva de proteínas por orina, la relación energía-nitrógeno debe ser suficiente y es necesario vigilar la función renal, la dieta hiperproteica, también conocida como la dieta de las proteínas, consiste en una alimentación basada en una elevada ingesta de proteínas, reduciendo además el aporte de carbohidratos y grasas al organismo.

Alimentos permitidos en esta patología

Carne magra	Pasta
Fruta en almibar	Macarrones
Pescado	Lácteos desnatados
Aceite de oliva	
Lácteos	

Alimentos no permitidos en esta patología

Tomate	Café
Frutos secos	Alimentos procesados
Chocolate	Platano
Uva	Alimentos curados
Bebidas gaseosas	

Obstrucción biliar

Nombre de la dieta

Mediterránea

En que consiste la dieta

Consistente en un consumo elevado de frutas y vegetales, cereales, frutos secos (almendras, nueces), semillas, aceite de oliva virgen extra como fuente principal de grasas, consumo moderado de quesos y yogurt, bajo consumo de azúcares o harinas refinadas y de carnes rojas o procesadas y elevado consumo de pescado- ha mostrado su beneficio para disminuir el riesgo de padecer cáncer de próstata o para reducir la aparición de recidiva en los casos que lo han desarrollado

Alimentos permitidos en esta patología

Frutos rojos	Brócoli
Semillas de linaza	Coliflor
Huevos	Repollo
Alimentos con cúrcuma	Pollo sin piel
Verduras	Pavo sin piel

Alimentos no permitidos en esta patología

Carnes rojas	Mantequilla
Productos lácteos con alto contenido de grasas	Tocino
Alimentos horneados	Alimentos procesados
Alimentos curados	Salchicha
Tocino	Jamón

Sigmoidectomía

Nombre de la dieta

Menor contenido en fibra y alimentos blandos

En que consiste la dieta

No es necesario seguir una dieta especial, pero el tener una menor contenido de fibra ayudara para la finalidad es ralentizar el tránsito intestinal, los alimentos blandos son alimentos cocinados, fáciles de digerir que no son picantes, pesados ni fritos.

Alimentos permitidos en esta patología

Quesos frescos	Yogur natural descremado
Carnes magras	Jamón cocido
Pescado	Pollo y pavo sin piel
Huevo	Pan blanco

Alimentos no permitidos en esta patología

Cereales integrales	Mariscos
Legumbres enteras	Pan integral
Carnes grasosas	Alimentos en escabeche
Pescado ahumado	Carne de pato
Conservas en aceite	Carne de cordero

Síndrome de intestino corto

Nombre de la dieta

Dieta blanda

En qué consiste la dieta

La dieta implica la modificación de ciertas preparaciones y platillos para cumplir las características que la identifican. La dieta blanda incluye alimentos preparados con muy pocas grasas o aceites, especias y condimentos, su característica principal es que sean bajas en fibra insoluble (legumbre, verduras y ciertas frutas), baja en grasa, extensa en lactosa, sin alimentos irritantes (bebidas gaseosas, café, grasas, picantes), ni flatulentos (col, coliflor, repollo, alcachofas).

Alimentos permitidos en esta patología

Vegetales bajas en azúcar	Manzana
Avena	Clara de huevo
Jengibre	Aguacate
Melón	Nueces
Banana	Linaza

Alimentos no permitidos en esta patología

Alimentos fritos	Tomate
Chocolate	Alcohol
Menta	Café
Alimentos picantes	Bebidas alcohólicas
Alimentos procesados	Comidas enlatadas

Síndrome de Cushing

Nombre de la dieta

Plan de alimentación modificado en el contenido de sodio

En qué consiste la dieta

La ingestión de sodio en la dieta se controla para mantener el estado de hidratación, para impedir la retención de líquidos o la hipertensión, ya que Los factores que aumentan la probabilidad están la presión arterial alta, enfermedades cardíacas, entre otros factores, es por ello que es de suma importancia controlar la ingesta de este en paciente

Alimentos permitidos en esta patología

Vegetales bajas en azúcar	Manzana
Avena	Clara de huevo
Jengibre	Aguacate
Melón	Nueces
Banana	Linaza

Alimentos no permitidos en esta patología

Huevos	Alimentos procesados
Embutidos	Alimentos curtidos
Carnes rojas	Pan
Productos lácteos	Arroz blanco

VIH

Tipo de dieta:

Dieta variada equilibrada

En que consiste la dieta:

Consiste en comer alimentos con menos grasa o sin grasa, así como el consumo de alimentos proteicos como lo son el pescado, frijoles y pollo sin piel, así como evitar el comer productos en altos contenidos de sal o ponerles demasiada sal a las comidas, así como evitar los alimentos fritos, los alimentos procesados y los productos horneados.

Tipos de alimentos permitidos en esta patología:

Frutas	Pollo sin piel
Verduras	Productos lácteos bajos en grasa
Grano entero	Leche descremada
Pescado	Yogurt bajos en grasa
Frijoles	Producto lácteo sin grasa

Tipos de alimentos no permitidos en esta patología:

Alimentos altos en sal	Alimentos que tengan grasas saturadas
Alimentos procesados	Productos horneados
Alimentos fritos	Crema
Disminuir consumo de lácteos	Huevos
Queso	Leche

Conclusión

Como conclusión tenemos que el saber sobre las dietas adecuadas para cada patología es de suma importancia y el saber del estado del paciente de igual manera, dada que cada sistema digestivo es diferente y las reacciones igual, por lo tanto este manual nos servirá a adecuar su alimentación de acuerdo a lo planteado en cada dieta, esto también con los alimentos permitidos dentro de la misma.

También para evitar los alimentos donde afecta en a su salud o rehabilitación, también el conocer sobre los alimentos que se deben de ingerir es de suma importancia, en la cual ayuda a ser una herramienta muy fácil de comprender, estará muy adecuada con los demás.

Bibliografía

1. *Alimentación, dieta y nutrición para el RGE y la ERGE.* (2022, noviembre 15). Nacional Instituto of Diabetes and Digestiva and Sídney Diseases; NIDDK | Nacional Instituto of Diabetes and Digestiva and Sídney Diseases. <https://www.niddk.nih.gov/health-information/informacion-de-la-salud/enfermedades-digestivas/reflujo-gastrico-rge-enfermedad-por-reflujo-gastroesofagico-erge-adultos/alimentacion-dieta-nutricion>
2. *Alimentación en el paciente con cáncer de riñón Parte II.* (s/f). Nutrirán. Recuperado el 31 de diciembre de 2022, de <https://cemer.mx/nutriren/alimentacion-en-el-paciente-con-cancer-de-rinon-parte-ii/>
3. *Alimentación en la diabetes tipo I.* (2022, marzo 4). DiabetesLATAM. <https://www.diabeteslatam.org/blog/diabetes-tipo-I-2/alimentacion-en-la-diabetes-tipo-I-una-de-las-claves-del-tratamiento-6>
4. *Alimentación para el hipertiroidismo.* (s/f). Salud Savia. Recuperado el 30 de diciembre de 2022, de <https://www.saludsavia.com/contenidos-salud/articulos-especializados/alimentacion-para-el-hipertiroidismo>
5. *Alimentos para pacientes de la enfermedad cirrosis.* (2021, junio 17). Fundahigado America. <https://fundahigadoamerica.org/es/noticias/2021/06/alimentos-para-pacientes-de-la-enfermedad-cirrosis/>
6. barnaclinic+. (2019, diciembre 23). *¿Qué debo comer si tengo hipertiroidismo? Dieta para el hipertiroidismo.* Blog de tiroides | Dr. Óscar Vidal. <https://www.barnaclinic.com/blog/cirugia-de-tiroides/comer-hipertiroidismo/>
7. Castells, M. (2001). Consejos dietéticos en el caso de dislipemias. *Offarm*, 20(8), 128–137. <https://www.elsevier.es/es-revista-offarm-4-articulo-consejos-dieteticos-el-caso-dislipemias-13018376>

8. CDC. (2022, febrero 15). *La diabetes y la enfermedad de los riñones: ¿Qué comer?* Centers for Disease Control and Prevention. <https://www.cdc.gov/diabetes/spanish/living/what-to-eat.html>
9. Coppola, S. (2020, agosto 12). *Diverticulitis: Qué alimentos debes evitar*. Healthline. <https://www.healthline.com/health/es/dieta-para-diverticulos>
10. Corbett, P. (2022, abril 23). *Consejos dietéticos en caso de esofagitis*. Consumer |; Eroski Consumer. <https://www.consumer.es/alimentacion/consejos-dieteticos-en-caso-de-esofagitis.html>
11. Dantí, C. M. (2017, marzo 31). *Dieta para diabéticos tipo 1 - menú completo*. Www.mundodeportivo.com/uncomo. <https://www.mundodeportivo.com/uncomo/salud/articulo/dieta-para-diabeticos-tipo-1-menu-completo-45179.html>
12. *Día a día con EPOC*. (s/f). Medlineplus.gov. Recuperado el 29 de diciembre de 2022, de <https://medlineplus.gov/spanish/ency/patientinstructions/000697.htm>
13. *Dieta para el hipotiroidismo*. (2017, noviembre 16). Dietistas nutricionistas en Barcelona | Centro Júlia Farré. <https://www.centrojuliafarre.es/dietas/dieta-para-el-hipotiroidismo/>
14. *Dieta para el síndrome de Cushing*. (2022, junio 24). Sara Jiménez, Dietista Nutricionista; Dietista Nutricionista - Sara Jiménez. <https://sarajimenezh.com/dietas-endocrino/dieta-sindrome-cushing/>
15. *Dieta para hipertensos: Qué alimentos comer y cuáles evitar*. (s/f). El Rincón del cuidador. Recuperado el 29 de diciembre de 2022, de <https://www.elrincondelcuidador.es/nutricion/alimentacion-para-personas-hipertensas>
16. *Dieta para la diabetes gestacional*. (s/f). Medlineplus.gov. Recuperado el 29 de diciembre de 2022, de <https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/007430.htm>
17. *Dieta para la obesidad*. (s/f). Fundación Española del Corazón. Recuperado el 31 de diciembre de 2022, de <https://fundaciondelcorazon.com/nutricion/dieta/1266-dieta-obesidad.html>

18. *Dieta y estilo de vida en cáncer de próstata*. (2020, noviembre 1). Farmacosalud; Farmacosalud.com. <https://farmacosalud.com/dieta-y-estilo-de-vida-en-cancer-de-prostata/>
19. *El VIH, la nutrición y la seguridad alimentaria*. (s/f). Nih.gov. Recuperado el 31 de diciembre de 2022, de <https://hivinfo.nih.gov/es/understanding-hiv/fact-sheets/el-vih-la-nutricion-y-la-seguridad-alimentaria>
20. EUROPA PRESS. (2013, diciembre 30). *Melón, aguacate, lentejas, judías... alimentos que deben evitar los enfermos pulmonares*. 20minutos. <https://www.20minutos.es/noticia/2017735/0/alimentos/evitar/enfermos-pulmonares/>
21. Gimero Creus, E. (2002). La alimentación de las personas diabéticas. *Offarm*, 21(6), 88–94. <https://www.elsevier.es/es-revista-offarm-4-articulo-la-alimentacion-personas-diabeticas-13033513>
22. *Krames Online - Instrucciones de alta después del tratamiento del cáncer de testículos*. (s/f). Kramesonline.com. Recuperado el 31 de diciembre de 2022, de <https://ohpcc.kramesonline.com/Spanish/HealthSheets/3,S,86657>
23. *La hipertensión arterial y la dieta*. (s/f). Medlineplus.gov. Recuperado el 29 de diciembre de 2022, de <https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/007483.htm>
24. *Las comidas más comunes que pueden causar serios daños a tu hígado*. (s/f). Asscat-hepatitis.org. Recuperado el 31 de diciembre de 2022, de <https://asscat-hepatitis.org/las-comidas-mas-comunes-que-pueden-causar-serios-danos-a-tu-higado/>
25. *Lupus y alimentación*. (2021, agosto 12). SUR. <https://www.reumatologia.uy/post/lupus-y-alimentaci%C3%B3n>
26. Manises, S. (2018, diciembre 7). *Recomendaciones: alimentación para pacientes con EPOC*. Hospital Manises. <https://www.hospitalmanises.es/blog/alimentacion-para-pacientes-con-epoc/>
27. *Nutrición y cáncer de mama: cómo llevar una dieta saludable*. (s/f). Memorial Sloan Kettering Cancer Center. Recuperado el 31 de diciembre de 2022, de

<https://www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/nutrition-and-breast-making-healthy-diet-decisions>

28. *Pautas alimentarias para personas con una colostomía.* (s/f). Memorial Sloan Kettering Cancer Center. Recuperado el 31 de diciembre de 2022, de <https://www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/diet-guidelines-people-colostomy>
29. *Pautas alimentarias para personas con una ileostomía.* (s/f). Memorial Sloan Kettering Cancer Center. Recuperado el 31 de diciembre de 2022, de <https://www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/diet-guidelines-people-ileostomy>
30. Pelayogc, P. (s/f). *Consulta a la doctora: «¿Qué debe comer un paciente que ha pasado por cirugía de colon?»*. Comerparavencercancer.com. Recuperado el 31 de diciembre de 2022, de <https://comerparavencercancer.com/2015/09/17/consulta-a-la-doctora-que-debe-comer-un-paciente-que-ha-pasado-por-cirugia-de-colon/>
31. Queralt, M. (2021, febrero 26). *Dieta y cuidados tras una intervención en el intestino - canalSALUD*. Blog Salud MAPFRE. <https://www.salud.mapfre.es/nutricion/enfermedades-nutricion/cuidado-y-dieta-tras-una-intervencion-en-el-intestino/>
32. Rincón, D., & Bañares, R. (2016). Cirrosis hepática. *Medicine*, 12(11), 597–605. <https://doi.org/10.1016/j.med.2016.05.010>
33. Riobó, P., Sánchez Vilar, O., Burgos, R., & Sanz, A. (2007). Manejo de la colectomía. *Nutricion hospitalaria: organo oficial de la Sociedad Espanola de Nutricion Parenteral y Enteral*, 22, 135–144. https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112007000500015
34. Serrano, E. P. N., & la Dra. Cristina Macía, R. P. (2022, septiembre 26). *Dieta y lupus: ¿Qué debo y no debo comer si tengo lupus?* Asociación Lupus Madrid AMELyA; Asociación Madrileña de Lupus. <https://lupusmadrid.com/dieta-y-lupus-que-debo-y-no-debo-comer-si-tengo-lupus/>
35. Studios, S. (s/f). *Sanatorio Colegiales*. Com.ar. Recuperado el 30 de diciembre de 2022, de <https://sanatoriocolegiales.com.ar/pacientes/prevencion/como-tratar-la-gastritis.html>

36. *Una dieta saludable antes, durante y después de la COVID-19*. (s/f). Food and Agriculture Organization of the United Nations. Recuperado el 31 de diciembre de 2022, de <https://www.fao.org/fao-stories/article/es/c/1393032/>
37. Velázquez, M. (2021, julio 21). *Dieta para personas con lupus: ¿qué alimentos comer y cuáles evitar?* Cocina Fácil. <https://www.cocinafacil.com.mx/salud-y-nutricion/dieta-para-personas-con-lupus-que-alimentos-comer-y-cuales-no/>
38. (S/f). Com.mx. Recuperado el 31 de diciembre de 2022, de <https://www.medicasur.com.mx/userfiles/images/iluscont/pdfOnco/CancerCervicouterino.pdf>
39. La alimentación sí importa en el cáncer de páncreas. (2017, febrero 2). *Marca*. <https://cuidateplus.marca.com/alimentacion/nutricion/2017/02/02/alimentacion-importa-cancer-pancreas-140993.html>
40. López Martínez, J., Planas Vilá, M., & Añón Elizalde, J. M. (2005). Nutrición artificial en la insuficiencia respiratoria. *Nutricion hospitalaria: organo oficial de la Sociedad Espanola de Nutricion Parenteral y Enteral*, 20, 28–30. https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112005000500008
41. *No title*. (s/f). Segurosatalanaoccidente.com. Recuperado el 31 de diciembre de 2022, de <https://www.segurosatalanaoccidente.com/canal/nutricion/post/importancia-dieta-obesidad>
42. *Nutrición, alimentación y actividad física si se tiene diabetes*. (2022, diciembre 5). National Institute of Diabetes and Digestive and Kidney Diseases; NIDDK | National Institute of Diabetes and Digestive and Kidney Diseases. <https://www.niddk.nih.gov/health-information/informacion-de-la-salud/diabetes/informacion-general/nutricion-alimentacion-actividad-fisica>
43. Rodrigo Orozco, B., & Carolina Camaggi, M. (2010). Evaluación metabólica y nutricional en litiasis renal. *Revista médica Clínica Las Condes*, 21(4), 567–577. [https://doi.org/10.1016/s0716-8640\(10\)70572-1](https://doi.org/10.1016/s0716-8640(10)70572-1)

44. Lupus y alimentación. (2021, agosto 12). SUR. <https://www.reumatologia.uy/post/lupus-y-alimentaci%C3%B3n>
45. Manises, S. (2018, diciembre 7). *Recomendaciones: alimentación para pacientes con EPOC*. Hospital Manises. <https://www.hospitalmanises.es/blog/alimentacion-para-pacientes-con-epoc/>
46. *Nutrición y cáncer de mama: cómo llevar una dieta saludable*. (s/f). Memorial Sloan Kettering Cancer Center. Recuperado el 31 de diciembre de 2022, de <https://www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/nutrition-and-breast-making-healthy-diet-decisions>
47. *Pautas alimentarias para personas con una colostomía*. (s/f). Memorial Sloan Kettering Cancer Center. Recuperado el 31 de diciembre de 2022, de <https://www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/diet-guidelines-people-colostomy>
48. *Pautas alimentarias para personas con una ileostomía*. (s/f). Memorial Sloan Kettering Cancer Center. Recuperado el 31 de diciembre de 2022, de <https://www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/diet-guidelines-people-ileostomy>
49. Queralt, M. (2021, febrero 26). *Dieta y cuidados tras una intervención en el intestino - canalSALUD*. Blog Salud MAPFRE. <https://www.salud.mapfre.es/nutricion/enfermedades-nutricion/cuidado-y-dieta-tras-una-intervencion-en-el-intestino/>
50. Serrano, E. P. N., & la Dra. Cristina Macía, R. P. (2022, septiembre 26). *Dieta y lupus: ¿Qué debo y no debo comer si tengo lupus?* Asociación Lupus Madrid AMELyA; Asociación Madrileña de Lupus. <https://lupusmadrid.com/dieta-y-lupus-que-debo-y-no-debo-comer-si-tengo-lupus/>
51. Studios, S. (s/f). *Sanatorio Colegiales*. Com.ar. Recuperado el 30 de diciembre de 2022, de <https://sanatoriocolegiales.com.ar/pacientes/prevencion/como-tratar-la-gastritis.html>
52. Velázquez, M. (2021, julio 21). *Dieta para personas con lupus: ¿qué alimentos comer y cuáles evitar?* Cocina Fácil. <https://www.cocinafacil.com.mx/salud-y-nutricion/dieta-para-personas-con-lupus-que-alimentos-comer-y-cuales-no/>

53. (S/f). Com.mx. Recuperado el 31 de diciembre de 2022, de

<https://www.medicasur.com.mx/userfiles/images/iluscont/pdfOnco/CancerCervicouterino.pdf>

54.