



**ADRIANA GUADALUPE CANCINO  
RAMOS**

**LIC. DANIELA MONSERRAT  
MENDEZ GUILLEN**

**“MANUAL DE DIETAS”**

**NUTRICIÓN**

**3º “C”**

Comitán de Domínguez, Chiapas a 31 de diciembre del 2022.

# LA NUTRICIÓN EN LAS DIFERENTES PATOLOGÍAS

---

TRABAJO BIBLIOGRAFICO

ADRIANA GUADALUPE CANCINO RAMOS  
TERCER SEMESTRE | MEDICINA HUMANA

**Tabla de contenido**

INTRODUCCIÓN.....	6
OBJETIVOS.....	7
ESPECIFICOS .....	7
GENERALES.....	7
ANGINA DE PECHO ESTABLE E INESTABLE.....	9
LA PATOLOGÍA.....	9
LA DIETA .....	10
TIPO DE DIETA PARA ANGINA ESTABLE: .....	10
Alimentos permitidos: .....	10
Alimentos no permitidos; .....	11
TIPO DE DIETA PARA ANGINA INESTABLE: .....	11
Alimentos permitidos: .....	11
Alimentos no permitidos; .....	12
COLECTOMIA.....	14
• LA PATOLOGÍA.....	14
TIPO DE DIETA .....	15
ALIMENTOS PERMITIDOS .....	16
ALIMENTOS NO PERMITIDOS .....	17
HEMICOLECTOMIA DERECHA.....	19
TIPO DE DIETA .....	20
HEMICOLECTOMIA IZQUIERDA .....	24
SIGMOIDECTOMIA .....	24
ILEOSTOMIA .....	25
ALIMENTOS QUE DEBE INCLUIR EN SU DIETA .....	26
RESECCION PARCIAL.....	27
LITIASIS RENAL .....	29
CANCER RENAL.....	29
IRA.....	31
IRC.....	31
HEMODIALISIS .....	32
DIALISIS .....	32
CIRROSIS HEPATICA NO ALCOHOLICA .....	34

HEPATITIS.....	35
OBSTRUCCION BILIAR.....	36
CANCER HEPATICO.....	37
LITIASIS BILIAR.....	38
CANCER DE PANCREAS.....	40
DIABETES GESTACIONAL.....	40
DIABETES MELLITUS I.....	0
DIABETES MELLITUS II.....	1
HIPERTENSION ARTERIAL.....	2
EPOC.....	2
EVC.....	3
HIPERTIROIDISMO.....	4
HIPOTIROIDISMO.....	4
SINDROME DE CUSHING.....	5
ERGE.....	6
GASTRITRITIS.....	7
ESOFAGO DE BARRETE.....	8
SINDROME DE INTESTINO CORTO.....	9
DIVERTICULOS.....	9
LUPUS.....	12
CÁNCER DE MAMA.....	12
CANCER DE CERVICOUTERINO.....	14
CANCER DE PROSTATA.....	14
CANCER TESTICULAR.....	15
VIH.....	16
COVID.....	16
OBESIDAD.....	17
DISLIPIDEMIAS.....	18
ALIMENTOS NO PERMITIDOS.....	19
CETOACIDOSIS DIABETICA.....	19
CONCLUSIÓN.....	23
BIBLIOGRAFÍA.....	25



# INTRODUCCIÓN DEL TRABAJO

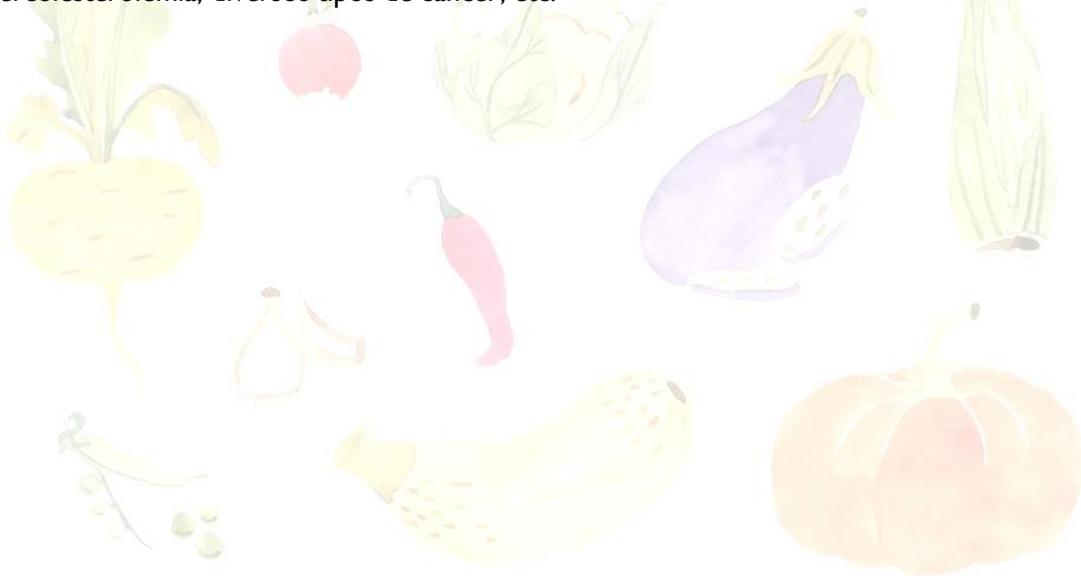


## INTRODUCCIÓN

La presente guía tiene el objetivo de facilitar el conocimiento de una dieta adecuada en diferentes patologías debido a que la mayoría de las enfermedades están relacionadas con los procesos de la nutrición, de una manera muy compleja, por lo tanto, el primer paso para la asistencia nutricional es el conocimiento de las causas y características clínicas de cada una de ellas; su impacto en el estado de salud del individuo, su tratamiento y manejo médico. Por ello se debe de identificar las manifestaciones clínicas de los procesos nutricios alterados así como también las implicaciones de estos en el curso de otras enfermedades, para así poder contribuir a la recuperación del proceso salud-enfermedad.

La conducta del hombre frente a la alimentación se expresa a través de una serie de hábitos, en estos determinan la forma en que elige sus alimentos, los prepara, los sirve, los distribuye y los consume. La alimentación y la educación nutricional son pilares fundamentales de la salud individual y colectiva de la población, así lo contempla la Organización Mundial de la Salud (OMS) en sus objetivos de salud y los recogen los diversos países en sus planes de salud, insistiendo en la importancia de los hábitos alimentarios como factor determinante. La OMS establece la recomendación sobre cantidades de energía y nutrientes diarios, de acuerdo con los diversos grupos de edad, sexo y actividad física.

Ahora bien, la educación para una correcta alimentación es algo más que la consecución del equilibrio nutritivo , por lo tanto, la educación nutricional contempla también los aspectos sociales y culturales que forman parte de ella. Una alimentación saludable, variada, equilibrada y suficiente mejora la salud y favorece la recuperación de algunas patologías. Aunque en algunos casos se requiere de una dieta específica como en el caso de la diabetes, la hipertensión, la hipercolesterolemia, diversos tipos de cáncer, etc.



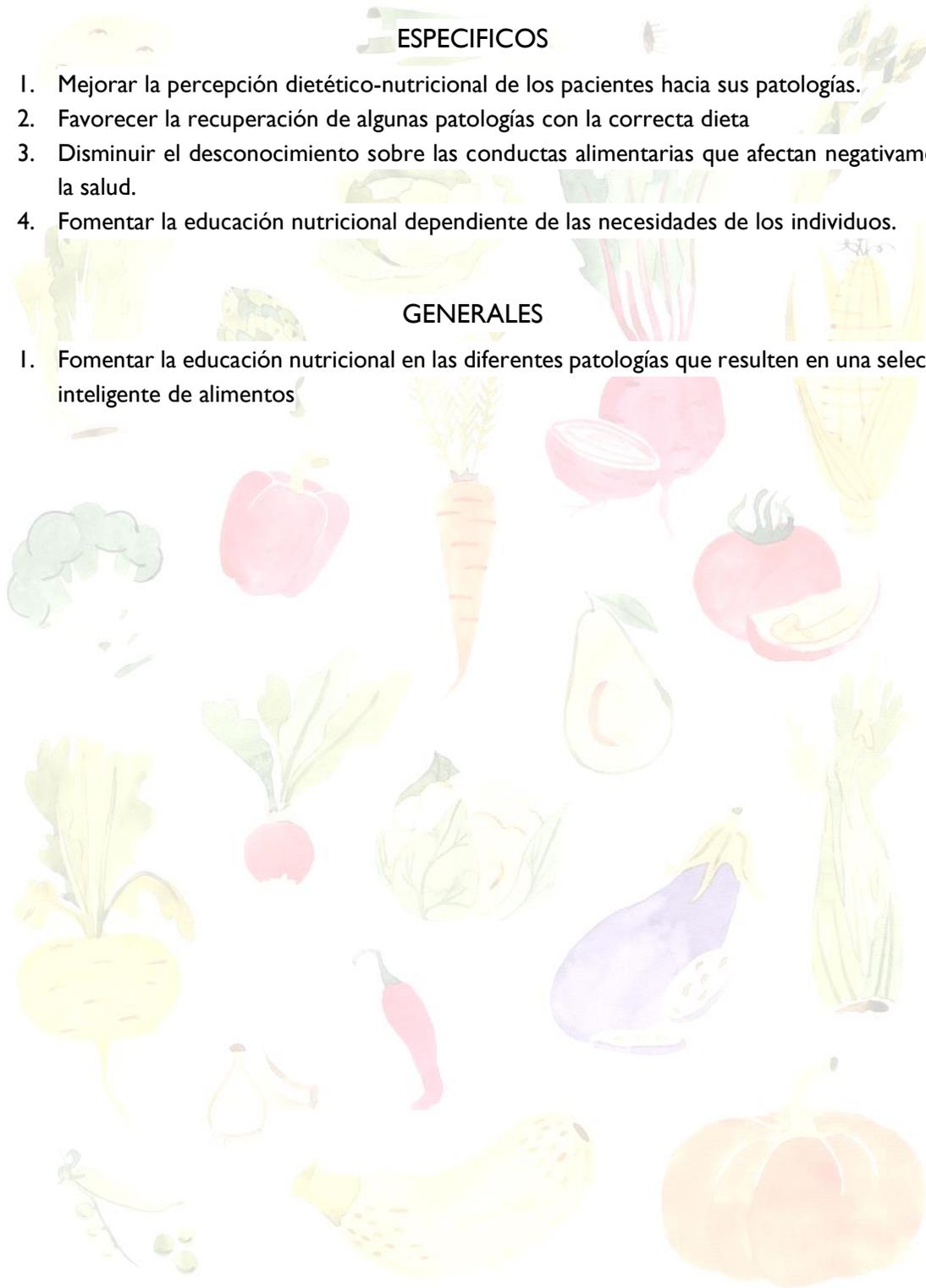
## OBJETIVOS

### ESPECIFICOS

1. Mejorar la percepción dietético-nutricional de los pacientes hacia sus patologías.
2. Favorecer la recuperación de algunas patologías con la correcta dieta
3. Disminuir el desconocimiento sobre las conductas alimentarias que afectan negativamente la salud.
4. Fomentar la educación nutricional dependiente de las necesidades de los individuos.

### GENERALES

1. Fomentar la educación nutricional en las diferentes patologías que resulten en una selección inteligente de alimentos





# RECOMENDACIONES NUTRICIONALES



## ANGINA DE PECHO ESTABLE E INESTABLE

EN QUE CONSISTE:

### LA PATOLOGÍA

La angina estable es un dolor torácico episódico debido a la isquemia miocárdica transitoria resultante de la aterosclerosis coronaria.

La angina inestable es un tipo de dolor o molestia en el pecho que se produce cuando hay una restricción grave del flujo sanguíneo al corazón. Por lo general se presenta cuando la persona está descansando o durmiendo, o después de una pequeña cantidad de esfuerzo físico. También puede presentarse cuando los síntomas de angina estable empeoran con el tiempo.

Angina inestable:

\*Empeoramiento de una angina previamente estable, dolor torácico en reposo o dolor que no se alivia con nitroglicerina, en ausencia de niveles elevados de troponina.

\*Pertenece al espectro del síndrome coronario agudo

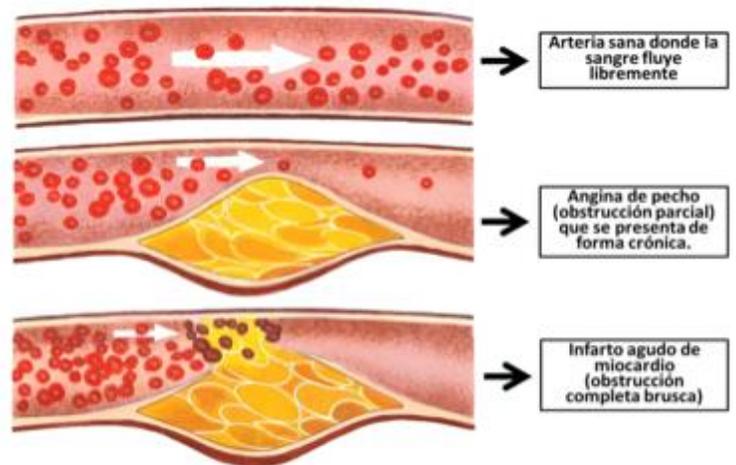
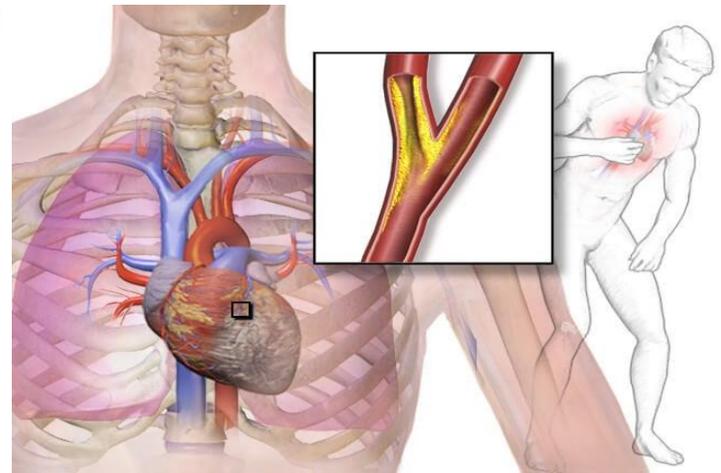
- Presentación Clínica

#### Angina estable

- Subaguda o crónica
- Dolor torácico que dura 2–10 minutos.
- Exacerbado por el esfuerzo
- Desencadenantes y tiempos predecibles
- Se alivia con reposo o nitroglicerina

#### Angina inestable

- Presentación aguda
- Dolor torácico que dura 10–30 minutos (o más)
- Se produce en reposo o con niveles de esfuerzo previamente tolerados
- No hay un patrón predecible
- No se alivia con reposo o nitroglicerina



### LA DIETA

Las calorías totales de la dieta deben ser las adecuadas para obtener un peso lo más cercano posible al ideal y mantenerlo a lo largo del tiempo. Asegurar un peso saludable es fundamental en el tratamiento de las enfermedades coronarias, ya que la obesidad es uno de los principales factores de riesgo cardiovascular modificables, es decir, sobre los que podemos actuar. La pérdida de peso produce muchos beneficios: disminuye las cifras de colesterol malo (LDL), reduce los triglicéridos, baja las cifras de presión arterial, eleva los niveles de colesterol bueno (HDL) y evita que se sobrecargue de trabajo al corazón.

Se recomienda que las grasas totales cubran menos de un 30% del total de calorías. Es muy importante distribuir los ácidos grasos de manera saludable, es decir, se favorezca la presencia de ácidos grasos insaturados y se limite la cantidad de ácidos grasos saturados y colesterol. Los hidratos de carbono representarán aproximadamente el 55% de las calorías totales, para lo cual es necesario aumentar el consumo de frutas, verduras y cereales. Las proteínas van a aportar alrededor del 15% de las calorías totales. Están presentes en carnes, pescados, huevos, aves, legumbres y lácteos. La sal se debe restringir según la prescripción dietética. Es conveniente cocinar sin sal, utilizando en su lugar condimentos como ajo, cebolla, tomillo, clavo de olor, pimienta, orégano, etc.

Otro hábito alimentario recomendable es realizar comidas de poca cantidad, divididas en al menos cinco ingestas diferentes a lo largo del día (desayuno, media mañana, comida, merienda, cena). Este fraccionamiento contribuye a que el gasto cardíaco necesario para metabolizar los alimentos sea menor.

#### TIPO DE DIETA PARA ANGINA ESTABLE:

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.

*Alimentos permitidos:*

- Frutas
- Verduras
- Granos enteros
- Proteínas magras;
  - Pollo sin piel
  - Pescado
  - Frijoles
- Productos lácteos:

- Bajos en grasa/sin grasa
- Leche descremada
- Yogur bajo en grasa

### *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

### *TIPO DE DIETA PARA ANGINA INESTABLE:*

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





# 1. CIRUGIAS



## COLECTOMIA

EN QUE CONSISTE:

- **LA PATOLOGÍA:**

La colectomía es la operación para extirpar todo el colon o una parte del mismo. Cuando se extirpa solo una parte del colon, la operación se llama colectomía parcial. En una colectomía abierta, se hace una incisión larga en la pared del abdomen y los médicos pueden ver el colon directamente. En una colectomía laparoscópica, se hacen varias incisiones pequeñas y se inserta un tubo delgado con luz adherido a una cámara de video a través de una abertura para guiar la operación. Los instrumentos de cirugía se insertan en las otras aberturas para realizar la cirugía.

La cirugía tiene como objetivo extirpar:

- El tumor, con márgenes suficientemente amplios
- Los principales vasos arteriales y venosos que nutren el segmento intestinal en el que se encuentra el tumor
- Los ganglios linfáticos regionales
- La resección se puede realizar por vía convencional o por cirugía laparoscópica, con una incisión menor y un postoperatorio más rápido.

¿Cuándo está indicada la colectomía?

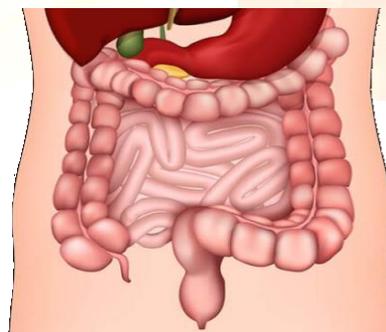
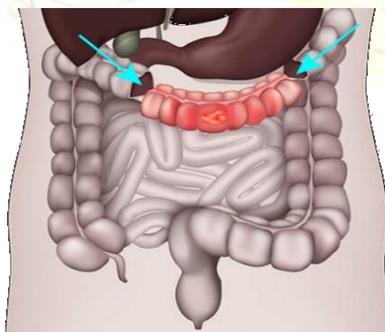
Esta cirugía se recomienda como tratamiento para varios procesos patológicos. Entre ellos, los más comunes son el cáncer, la diverticulitis, obstrucción intestinal, enfermedad ulcerosa como la colitis ulcerosa que no responde al tratamiento, etc.

Indicaciones más frecuentes:

- Cáncer de colon
- Colitis ulcerosa
- Enfermedad de Crohn

Es una cirugía que se practica para tratar el cáncer de colon, en esta cirugía se extirpa la parte del colon que tiene cáncer. Después, los extremos sanos del colon se cosen para juntarlos. Una colectomía se puede realizar mediante el uso de distintas técnicas, según el tipo de cirugía que se le haga, el cirujano le hará 1 o más incisiones (cortes quirúrgicos) en el abdomen. Si se hace 1 incisión larga en el abdomen, eso se llama cirugía abierta. La parte del colon que tiene el cáncer se extirpa a través de la incisión.

En un caso en el que se hacen incisiones pequeñas en el abdomen, eso se llama cirugía de invasión mínima. Por las incisiones se introducen instrumentos quirúrgicos pequeños y una cámara de video para extirpar la parte del colon que tiene cáncer.



## TIPO DE DIETA

### Nutrición pre-operatoria

Un pequeño número de pacientes que va a ser sometido a colectomía presenta desnutrición por anorexia, la inflamación, dietas restrictivas, conductas de evitación destinadas a no desencadenar síntomas digestivos, episodios de pseudoclusión intestinal y ayunos para realizar pruebas complementarias. Pero lo habitual es que lleguen a la cirugía con un buen estado nutricional.

El tratamiento nutricional en la fase prequirúrgica es un tema controvertido. Habitualmente se recomendaba una dieta pobre en residuos acompañada de la preparación mecánica del intestino con el objetivo de reducir el bolo fecal. Ello se logra eliminando los alimentos de difícil digestión y absorción como la fibra, el tejido conectivo de la carne y la leche, durante los 2-3 días antes. También se recomienda eliminar las grasas porque pueden retrasar el vaciamiento gástrico<sup>6</sup>. Pero esta dieta es claramente incompleta. Por ello, otros autores proponen utilizar una dieta enteral líquida, sin residuo, por vía oral los 2-3 días previos. En meta-análisis recientes se ha evaluado la eficacia de la preparación del colon, y se ha demostrado que la limpieza mecánica del colon, aumenta el riesgo de dehiscencia de la anastomosis, y hay una tendencia a más complicaciones como infección de la herida quirúrgica, complicaciones sépticas, reintervenciones y mayor mortalidad. Además es incómodo para el paciente. Por ello, concluyen que no debería realizarse.

En otro estudio, la administración de una solución de hidratos de carbono tres horas antes de la cirugía, se ha asociado a disminución de la insulinoresistencia postoperatoria, a mejoría en la satisfacción del paciente antes y después de la intervención y a reducción de la estancia media.

### Fase postoperatoria

Tras la cirugía, sobre todo en caso de ileostomía, resección proximal de colon, y en presencia de fistulas de alto débito hay que tener cuidado a la aparición de signos de deshidratación. Pero también se ha descrito que un exceso de líquidos en el periodo postoperatorio puede traducirse en efectos negativos en la evolución. En un ensayo clínico con 20 pacientes a los que se realizó hemicolectomía o sigmoidectomía, la administración de 3 litros de sueroterapia, frente a 2 litros, se asoció a mayor estancia media, disminución de la albuminemia, aumento ponderal, tiempo de sueroterapia y de inicio de ingesta de sólidos, retraso de vaciamiento gástrico y días transcurridos hasta la primera defecación.

Puede producirse malnutrición por la disminución del aporte de nutrientes y por el aumento de los requerimientos de energía y nutrientes debido al estrés metabólico que produce cualquier intervención. También influye la disminución de la absorción de ácidos grasos de cadena corta, debido a la colectomía. La sintomatología dependerá del tipo de intervención. Por ejemplo, tras una hemicolectomía derecha con anastomosis íleo cólica se pierde el mecanismo antiperistáltico del ciego y la válvula ileocecal; si además se ha resecado parte del íleon distal, se genera un mayor aflujo de sales biliares no absorbidas al colon transverso.

Como resultado de todo ello puede aparecer diarrea colerética si depende de la malabsorción de sales biliares. Cuando se trata de una ileostomía o una colectomía subtotal con anastomosis íleo rectal, aumenta el volumen y la frecuencia de las deposiciones y disminuye su consistencia. En este caso es muy difícil recuperar el patrón normal. Sin embargo, después de una sigmoidectomía no suele producirse alteración del tránsito intestinal. Puede producirse pérdida de la continencia por un volumen fecal excesivo o por maniobras quirúrgicas próximas al esfínter anal.

### Nutrición oral

La dieta oral en el período postoperatorio inmediata depende de la extensión del segmento de colon resecado, de si existe continuidad con el resto del intestino o, por el contrario, de la localización de la ostomía. El objetivo es disminuir la diarrea, y por lo tanto, la pérdida de líquidos y electrolitos y aumentar la consistencia de las heces. Dependiendo del tramo resecado, la dieta será diferente. Por ejemplo, en las sigmoidectomías, y hemicolectomía izquierda, no es necesario seguir una dieta especial. En general, cuanto más proximal sea la ostomía menor contenido en fibra aportará la dieta. La finalidad es ralentizar el tránsito intestinal. En caso de hemicolectomía derecha con anastomosis íleo-cólica, o colectomía total con anastomosis íleo anal suele ser necesaria una dieta pobre en residuos. En ocasiones es necesario utilizar soluciones de rehidratación oral, fármacos antiperistálticos (codeína y loperamida) y suplementos farmacológicos de fibra soluble. Estas recomendaciones pueden ser transitorias, según el resto de intestino remanente se vaya adaptando, por lo que, según la evolución de cada paciente, se modificará la dieta a nivel individual, para llegar a tolerar una alimentación lo más parecida a la dieta equilibrada. En el caso de presentar gases y olores desagradables deben evitarse los alimentos más flatulentos.

Se indicará una dieta pobre en residuos cuando el paciente con una colostomía descendente o sigmoideostomía presente deposiciones de consistencia semilíquida; también en el postoperatorio de una colostomía transversal, de una colostomía ascendente o bien de una hemicolectomía derecha con anastomosis íleo cólica. Después de unos días, cuando el paciente realice una alimentación completa se adecuará el aporte en fibra según las necesidades individuales. Con el tiempo se adapta el intestino remanente y estos pacientes pueden llegar a tolerar una alimentación equilibrada.

### 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 y bien cocinada, sin piel o las semillas
  - Jugo sin pulpa
  - Plátanos maduros
  - Melón blando
- Verduras
  - Papas sin cascara
  - Lechuga picada en un sandwich
- Productos lácteos
  - 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

No se debe de ingerir alimentos que tienen un alto contenido de fibra después de la cirugía porque son más difíciles de digerir. Es recomendable evitar alimentos que causan gases, obstrucción, malos olores y diarrea.

Alimentos que tienen un alto contenido de fibra:

- Alimentos integrales, como el pan integral, el arroz integral o la avena
- Verduras y frutas crudas
- Frutas secas
- Frijoles secos

Alimentos que pueden causar una obstrucción:

- Cáscaras de frutas y verduras
- Manzanas, frutas secas, uvas y piña
- Apio, maíz, pepino, pimientos verdes, guisantes y brotes de soja
- Ensalada de hojas verdes, col, ensalada de col y espinaca
- Material con que se recubre las salchichas y carnes duras y fibrosas, como las chuletas
- Frutos secos (como almendras y nueces) y maní
- Alimentos que pueden causar gases o mal olor:
- Manzanas, plátanos, uvas, ciruelas y melones
- Espárragos, brócoli, coles de Bruselas, repollo, col y maíz
- Cebollas, ajo o puerros
- Pepino, pimiento verde, cebollas, rábanos y nabos
- Las bebidas alcohólicas
- Queso, maní, frijoles y guisantes secos, huevos y pescado
- Bebidas carbonatadas, como las gaseosas

Alimentos que pueden causar diarrea:

- Las bebidas alcohólicas
- Albarricoques, ciruelas, duraznos y frutas frescas o secas
- Jugo de frutas
- Frijoles, carnes fritas, pescado, carne de ave (pollo o pavo), frutos secos o semillas
- Brócoli, coles de Bruselas, col, maíz, guisantes, tomates, hojas de nabo y verduras de hoja verde
- Salvado, trigo y otros granos integrales
- Regaliz y sustitutos sin azúcar
- Comidas picantes
- Bebidas con cafeína
- Los alimentos altos en grasas y azúcar

### Fuentes de fibra

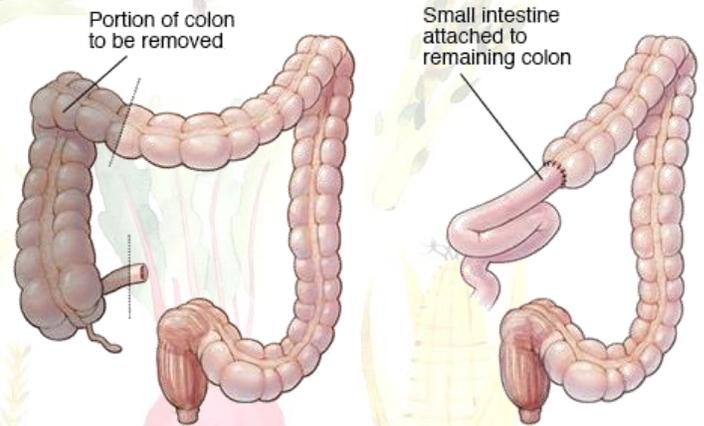


## HEMICOLECTOMIA DERECHA

### EN QUE CONSISTE:

- **LA PATOLOGÍA:**

El procedimiento de colectomía que se realiza para extirpar uno de los lados del colon se denomina hemicolectomía. Una hemicolectomía derecha, como se muestra aquí, consiste en extirpar el lado derecho del colon y unir el intestino delgado a la parte remanente del colon.



© MAYO FOUNDATION FOR MEDICAL EDUCATION AND RESEARCH. ALL RIGHTS RESERVED

### INDICACIONES

- Neoplasia Colón Derecho
- Obstrucción Intestinal
- Enfermedad Inflamatoria Complicada
- Diverticulitis Complicada
- Hemorragia Digestiva Baja
- Trauma

La hemicolectomía es una cirugía que se realiza con anestesia general.

Hemicolectomía derecha: tras hacer incisión en el abdomen se extirpa la parte derecha del colon, formado por colon ascendente, ángulo hepático del colon y colon transverso, y se procede a realizar una anastomosis (unión) entre el íleon y el final del colon transverso.

Hemicolectomía izquierda: abierta se va a extirpar **el colon izquierdo y el sigma y se procede a conectar el colon transverso con el recto.**

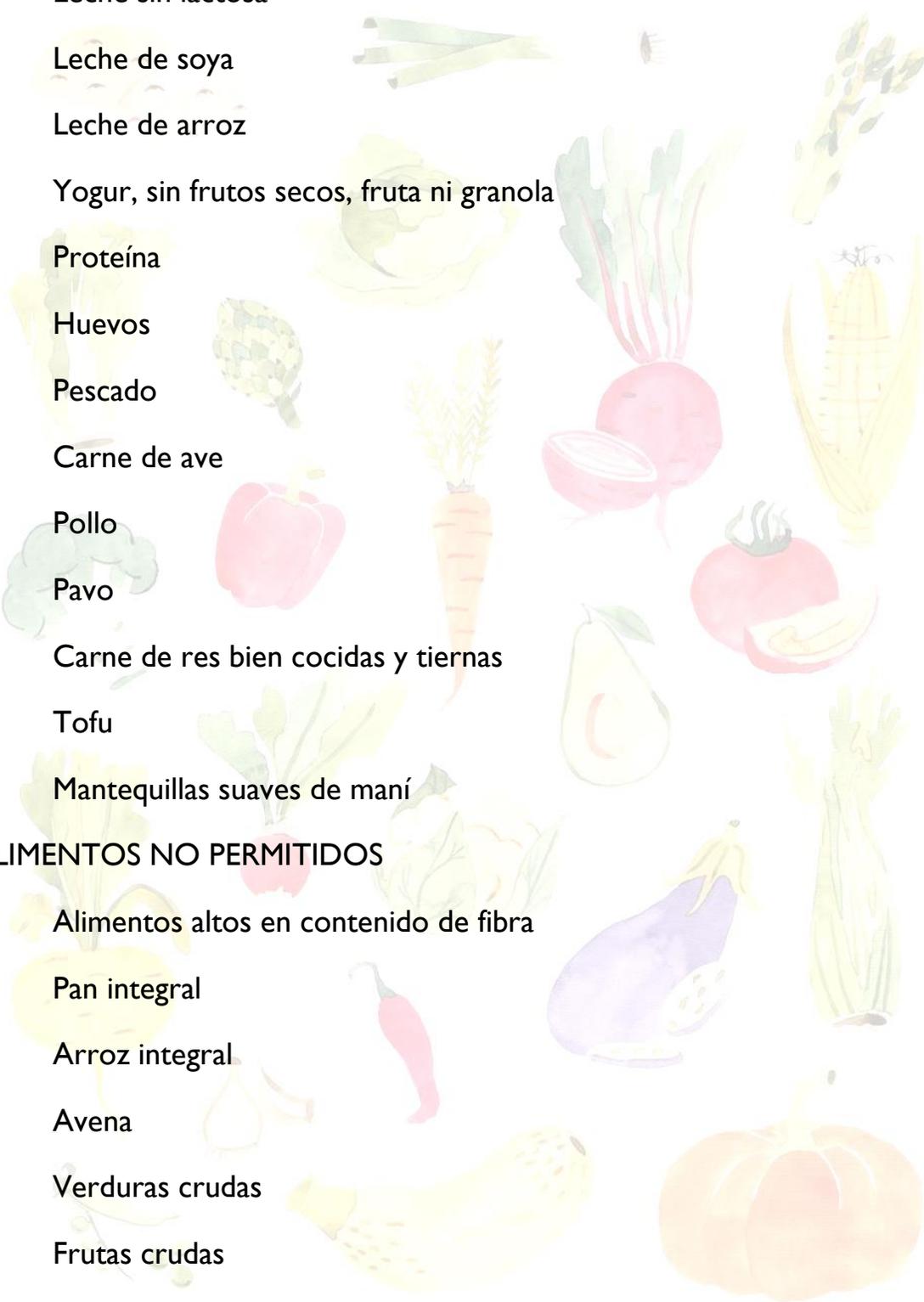
Este procedimiento también se puede hacer con cirugía laparoscópica, en ella en vez de una única incisión grande, se realizan cuatro o cinco pequeñas incisiones, a través de las cuales se introduce el laparoscopio (tubo flexible que presenta en su punta una cámara por la cual se visualiza el interior del abdomen), por el resto de incisiones se va a introducir el material quirúrgico necesario, bisturí, tijeras, pinzas. A través de estas incisiones se extrae el colon y se produce la anastomosis, como en la cirugía abierta.



- o Leche de vaca
- o Leche sin lactosa
- o Leche de soya
- o Leche de arroz
- o Yogur, sin frutos secos, fruta ni granola
- Proteína
- o Huevos
- o Pescado
- o Carne de ave
- Pollo
- Pavo
- o Carne de res bien cocidas y tiernas
- o Tofu
- o Mantequillas suaves de maní

## ALIMENTOS NO PERMITIDOS

- Alimentos altos en contenido de fibra
- o Pan integral
- o Arroz integral
- o Avena
- Verduras crudas
- Frutas crudas
- Frutas secas



- Frijoles secos

No se debe de ingerir alimentos que tienen un alto contenido de fibra después de la cirugía porque son más difíciles de digerir. Es recomendable evitar alimentos que causan gases, obstrucción, malos olores y diarrea.

Alimentos que tienen un alto contenido de fibra:

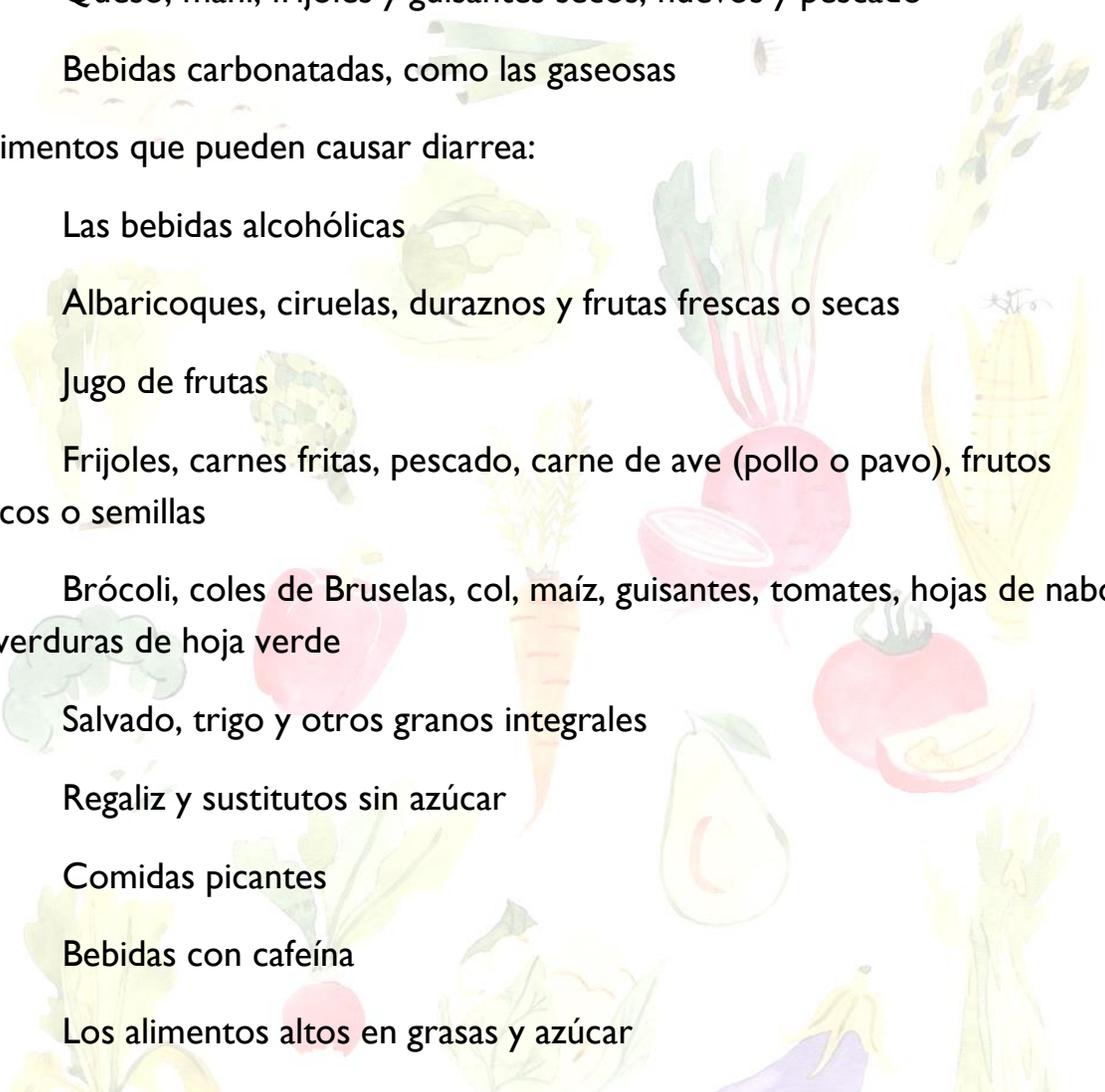
- Alimentos integrales, como el pan integral, el arroz integral o la avena
- Verduras y frutas crudas
- Frutas secas
- Frijoles secos

Alimentos que pueden causar una obstrucción:

- Cáscaras de frutas y verduras
- Manzanas, frutas secas, uvas y piña
- Apio, maíz, pepino, pimientos verdes, guisantes y brotes de soja
- Ensalada de hojas verdes, col, ensalada de col y espinaca
- Material con que se recubre las salchichas y carnes duras y fibrosas, como las chuletas
- Frutos secos (como almendras y nueces) y maní
- Alimentos que pueden causar gases o mal olor:
- Manzanas, plátanos, uvas, ciruelas y melones
- Espárragos, brócoli, coles de Bruselas, repollo, col y maíz
- Cebollas, ajo o puerros
- Pepino, pimiento verde, cebollas, rábanos y nabos

- Las bebidas alcohólicas
- Queso, maní, frijoles y guisantes secos, huevos y pescado
- Bebidas carbonatadas, como las gaseosas

Alimentos que pueden causar diarrea:

- Las bebidas alcohólicas
  - Albaricoques, ciruelas, duraznos y frutas frescas o secas
  - Jugo de frutas
  - Frijoles, carnes fritas, pescado, carne de ave (pollo o pavo), frutos secos o semillas
  - Brócoli, coles de Bruselas, col, maíz, guisantes, tomates, hojas de nabo y verduras de hoja verde
  - Salvado, trigo y otros granos integrales
  - Regaliz y sustitutos sin azúcar
  - Comidas picantes
  - Bebidas con cafeína
  - Los alimentos altos en grasas y azúcar
- 

## HEMICOLECTOMIA IZQUIERDA

EN QUE CONSISTE:

- **LA DIETA:**

Nombre de la dieta:

Menor contenido en fibra

En que consiste la dieta:

No es necesario seguir una dieta especial.

Por ejemplo, en las sigmoidectomías, y hemicolectomía izquierda, no es necesario seguir una dieta especial. En general, cuanto más proximal sea la ostomía menor contenido en fibra aportará la dieta. La finalidad es ralentizar el tránsito intestinal.

Alimentos permitidos:

Quesos frescos yogur natural descremado, carnes magras jamón cocido jamón país o serrano desgrasado pescado blanco huevos pollo y pavo sin piel, zanahoria cocida calabaza calabacín sin piel.

Alimentos no permitidos:

Carnes muy grasas: cordero, pato vísceras pescado ahumado conservas en aceite y escabeche marisco. Cereales integrales y sus derivados legumbres enteras.

## SIGMOIDECTOMIA

EN QUE CONSISTE:

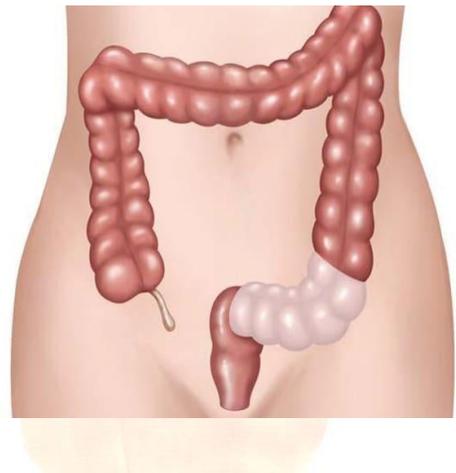
- **LA PATOLOGÍA:**

Consiste en extraer el colon sigmoides. Esta cirugía se realiza habitualmente para el tratamiento de la enfermedad diverticular del colon. Después de reseca el colon sigmoides, se realiza una anastomosis (unión) entre el colon izquierdo y el recto, con lo cual el paciente posteriormente elimina sus deposiciones a través del ano.

Nombre de la dieta

Menor contenido en fibra

En que consiste la dieta



No es necesario seguir una dieta especial. En general, cuanto más proximal sea la ostomía menor contenido en fibra aportará la dieta. La finalidad es ralentizar el tránsito intestinal.

### *Alimentos permitidos*

Quesos frescos yogur natural descremado, carnes magras jamón cocido jamón país o serrano desgrasado pescado blanco huevos pollo y pavo sin piel, zanahoria cocida calabaza calabacín sin piel

### *Alimentos no permitidos*

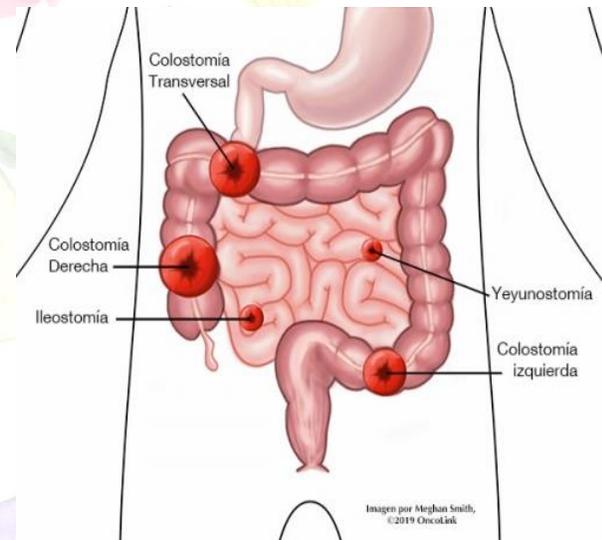
Carnes muy grasas: cordero, pato,... Vísceras pescado ahumado conservas en aceite y escabeche marisco. Cereales integrales y sus derivados legumbres enteras

## ILEOSTOMIA

### EN QUE CONSISTE:

- **LA PATOLOGÍA:**

Una ileostomía es una abertura en el vientre (pared abdominal) que se hace mediante una cirugía. Por lo general, se necesita una ileostomía porque un problema está causando que el íleon no funcione correctamente, o una enfermedad está afectando una parte del colon y esta debe extirparse. El extremo terminal del íleon (la parte más baja del intestino delgado) es reubicado a través de esta abertura para formar un estoma, usualmente en el lado inferior derecho del abdomen. Es posible que una ileostomía solo se necesite por poco tiempo (temporal), tal vez durante 3 a 6 meses, porque esa parte del colon necesita tiempo para estar inactiva y sanar de un problema o enfermedad. Pero a veces una enfermedad, como el cáncer, es más grave y puede ser necesaria una ileostomía durante el resto de la vida de una persona (permanente).



Es mejor comer principalmente alimentos blandos y con bajo contenido de fibra durante las primeras semanas después de su cirugía. Los alimentos blandos son alimentos cocinados, fáciles de digerir que no son picantes, pesados ni fritos. Comer alimentos blandos le ayudará a evitar síntomas molestos, como por ejemplo:

- Diarrea (defecaciones sueltas o aguadas)
- Abotagamiento
- Gases
- Hinchazón o dolor en el sitio de la ileostomía

### ALIMENTOS QUE DEBE INCLUIR EN SU DIETA



- Leche sin grasa (descremada) o con bajo contenido de grasa (1 % o 2 %)\*
- Leche en polvo\*
- Leche no láctea (como leche de soja y de almendra)
- Productos lácteos sin lactosa (como los productos Lactaid®)
- Yogur\*
- Queso\*
- Helados o sorbetes con bajo contenido de grasa
- Huevos\*\*
- Agua
- Café o té descafeinado
- Bebidas que no sean gasificadas
- Bebidas deportivas (como Gatorade® y Powerade®)
- Bebidas de rehidratación (como Pedialyte® o una bebida de rehidratación casera)
- Alimentos cocinados con una pequeña cantidad de grasa, como el aceite de oliva o de canola

### ALIMENTOS QUE DEBE LIMITAR



- Leche con alto contenido de grasa y productos lácteos, tales como:
  - Leche entera
  - Helados o sorbetes regulares
- Leche y productos lácteos con lactosa, si tiene diarrea después de consumirlos
- Alimentos con alto contenido de grasa, como carnes rojas, carnes de ave y pescado fritos
- Alimentos con alto contenido de fibra, como legumbres (frijoles, guisantes y lentejas) secas o enlatadas
- Alimentos con alto contenido de fibra, tales como los granos integrales (pan de trigo integral, arroz integral, cereal de salvado, quinoa y alforfón)
- Alimentos con alto contenido de fibra, como las verduras crudas (excepto la lechuga)
- Alimentos que pueden causar una obstrucción de la ileostomía, como el maíz
- Bebidas gasificadas (como refrescos), porque pueden causar gases
- Bebidas alcohólicas (como cerveza y vino)

\* Si tiene diarrea después de consumir estos productos, en su lugar pruebe leches no lácteas o quesos o yogur sin lactosa.

\*\* Cuando consuma huevos, comience con una cantidad pequeña (como 1 huevo). Los huevos pueden causar mal olor al abrir la bolsa.

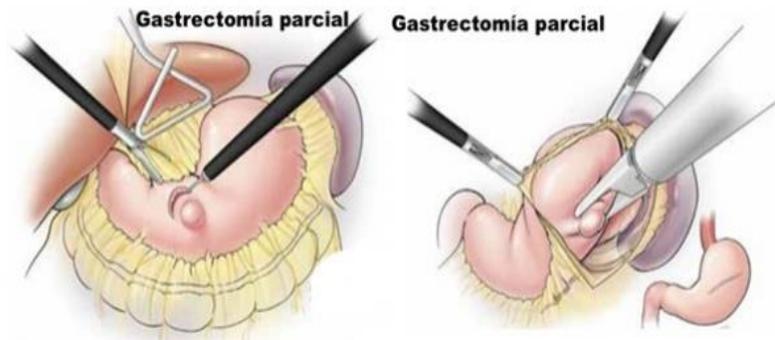
### **RESECCION PARCIAL**

*EN QUE CONSISTE:*

- **LA PATOLOGÍA**

Corresponde a la extirpación de parte del estómago por un tipo de tumor que tiene en general un mejor pronóstico que el cáncer gástrico. De esta forma, no está indicada la extirpación de los ganglios linfáticos.

Este tipo de gastrectomía es parte del tratamiento multidisciplinario de esta enfermedad. Así algunos pacientes podrían recibir tratamiento médico antes de la operación con el fin de disminuir la extensión de la operación o después de la cirugía para complementar los resultados de la operación.



- **LA DIETA**

La dieta debe ser de digestión fácil

**EN QUE CONSISTE LA DIETA**

Lograr un aporte de nutrientes para conseguir o mantener un adecuado estado nutricional y de hidratación. - Reducir el volumen de las heces y aumentar su consistencia en lo posible. - Evitar el exceso de gases.

**ALIMENTOS PERMITIDOS**

Leche especial sin lactosa, leche de soja, yogur natural, Carnes magras (solomillo y lomo), conejo, pollo sin piel, jamón cocido, jamón serrano (desgrasado), pescado blanco, huevos, Zanahoria y calabaza cocida

**ALIMENTOS NO PERMITIDOS**

Leche, nata y crema de leche, quesos muy grasos, yogur con frutas, Embutidos, patés, carnes muy duras o fibrosas, carnes grasas, pescado azul, marisco, ahumados y salazones



## 2. ENFERMEDADES RENALES



## LITIASIS RENAL

*NOMBRE DE LA DIETA:*

Bajo en sodio

*EN QUE CONSISTE LA DIETA*

Consisten en una elevada ingesta de líquidos, la restricción de oxalato y sodio, una dieta balanceada en proteínas animales y complementadas por una ingesta adecuada de frutas y verduras.

*ALIMENTOS PERMITIDOS*

Leche, queso, yogur, ostras y tofu, mones o naranjas, o beba limonada fresca

*ALIMENTOS NO PERMITIDOS*

Carne, pollo y carne de cerdo, especialmente las vísceras. Huevos. Pescados y mariscos. Leche, queso y otros productos lácteos.

*NOMBRE DE LA DIETA*

Dieta equilibrada

*EN QUE CONSISTE LA DIETA*

Una alimentación equilibrada supone 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*

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

## CANCER RENAL

*NOMBRE DE LA DIETA*

Dieta equilibrada

*EN QUE CONSISTE LA DIETA*

Una alimentación equilibrada supone 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*

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



## IRA

*Nombre de la dieta*

Dieta rica en proteína

*En que consiste la dieta*

Mantener un equilibrio en los niveles de electrolitos, minerales y líquido en su cuerpo si usted tiene irc o si está en diálisis. Las personas con diálisis necesitan esta dieta especial para reducir la acumulación de productos residuales en su cuerpo.

*Alimentos permitidos*

pescado, aves de corral, carne de cerdo o huevos

*Alimentos no permitidos*

Alimentos frescos, cubitos de caldo, concentrados de carne o pescado, ni sopas de sobre

## IRC

*nombre de la dieta*

dieta rica en proteína

*en que consiste la dieta*

mantener un equilibrio en los niveles de electrolitos, minerales y líquido en su cuerpo si usted tiene IRC o si está en diálisis. Las personas con diálisis necesitan esta dieta especial para reducir la acumulación de productos residuales en su cuerpo.

*alimentos permitidos*

Pescado, aves de corral, carne de cerdo o huevos

*alimentos no permitidos*

alimentos frescos, cubitos de caldo, concentrados de carne o pescado, ni sopas de sobre.

## HEMODIALISIS

*Nombre de la dieta*

*Prediálisis*

*En que consiste la dieta*

Se deben comer alimentos frescos y naturalmente bajos en sodio, y buscar los productos con etiquetas que digan “bajo en sodio”, especialmente en alimentos enlatados y congelados. No se deben utilizar sustitutos de la sal porque contienen potasio.

*Alimentos permitidos*

- Aceite de oliva.
- Pasta (macarrones, espagueti, arroz)
- Carne magra.
- Pescado.
- Fruta máximo 2 piezas al día (preferiblemente manzana, pera o sandía). ...
- Fruta en almíbar (retirando el caldo)
- Lácteos desnatados, no más de 2 al día (leche o yogur)

*Alimentos no permitidos*

Las aves de corral, el pescado, las nueces, la mantequilla de maní, los frijoles secos, la cola, el té y los productos lácteos son ricos en fósforo

## DIALISIS

Nombre de la dieta:

Bajo en sodio

En que consiste la dieta:

Se deben comer alimentos frescos y naturalmente bajos en sodio, y buscar los productos con etiquetas que digan “Bajo en sodio”, especialmente en alimentos enlatados y congelados. No se deben utilizar sustitutos de la sal porque contienen potasio.

Alimentos permitidos:

- Frutas: bayas, uvas, cerezas, manzanas, ciruelas.
- Verduras: coliflor, cebolla, berenjena, nabo.
- Proteínas: carnes magras (ave, pescado), huevos, mariscos sin sal

Alimentos prohibidos:

- salados, como papas fritas y pretzels



### 3. HEPATICOS



## CIRROSIS HEPATICA NO ALCOHOLICA

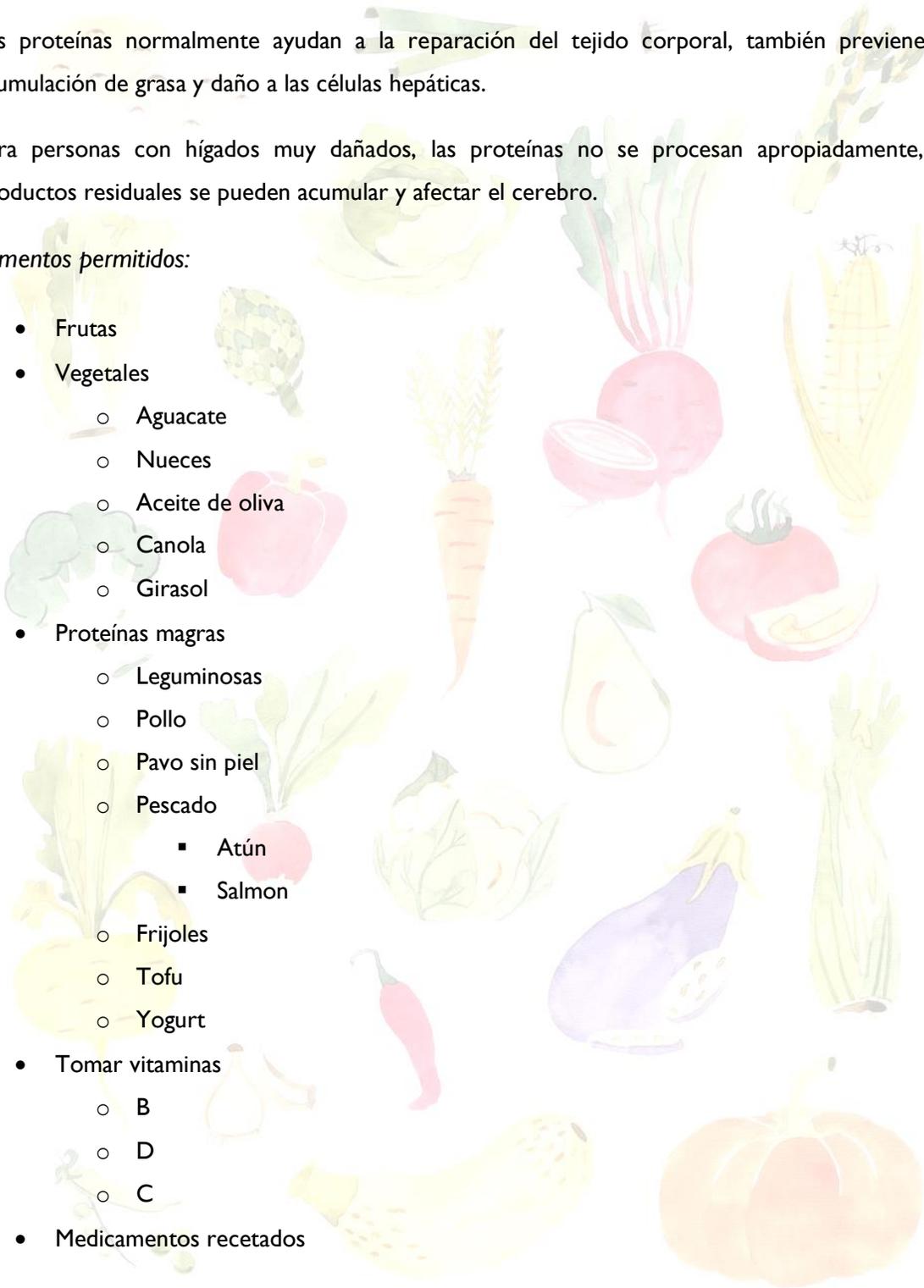
### *Tipo de dieta*

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

## Alimentos no permitidos

- Mariscos crudos/poco cocinados
- Carnes crudas/poco cocinados

## HEPATITIS

nombre de la dieta

Dieta hepatoprotectora

en que consiste la dieta

Los productos más adecuados son las carnes blancas como el pollo, el pavo y el conejo o el pescado con alto valor biológico y fácil digestión

alimentos permitidos

manzanas, peras, naranjas, plátanos, ciruelas, fresas, melocotones, mandarinas, melón, sandía, piña, albaricoques, kiwis, uvas

alimentos no permitidos

- Alcohol.
- Mariscos crudos (o poco cocinados).
- Lácteos.
- **Frutas** y vegetales mal lavados (inclusive crudos).
- Café.
- Chocolate.

- Bebidas gaseosas.

## **OBSTRUCCION BILIAR**

*Nombre de la dieta*

*Dieta biliar*

*En que consiste la dieta*

Sirve para evitar los síntomas de cólico de vesícula biliar y dispepsia biliar, pero no evita la formación de cálculos.

*Alimentos permitidos*

- Leche entera, semidesnatada.
- Carne de vaca semigrasa, gallina, pierna de cordero.
- Embutidos semigrasos: fiambre de pavo, jamón de york, jamón serrano magro.
- Huevos (1-2 unidades/semana)
- Bollería sencilla con poca grasa y azúcar.
- Legumbres secas (puré o pasadas por el chino).
- Fruta en almíbar.

*Alimentos no permitidos*

- Mantequilla
- Otras grasas animales.
- Pescados
- Salmón
- Sardinas
- Atún.
- Bebidas alcohólicas

## CANCER HEPATICO

*Nombre de la dieta*

Coles

*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

## **LITIASIS BILIAR**

Nombre de la dieta

Dieta biliar

En que consiste la dieta

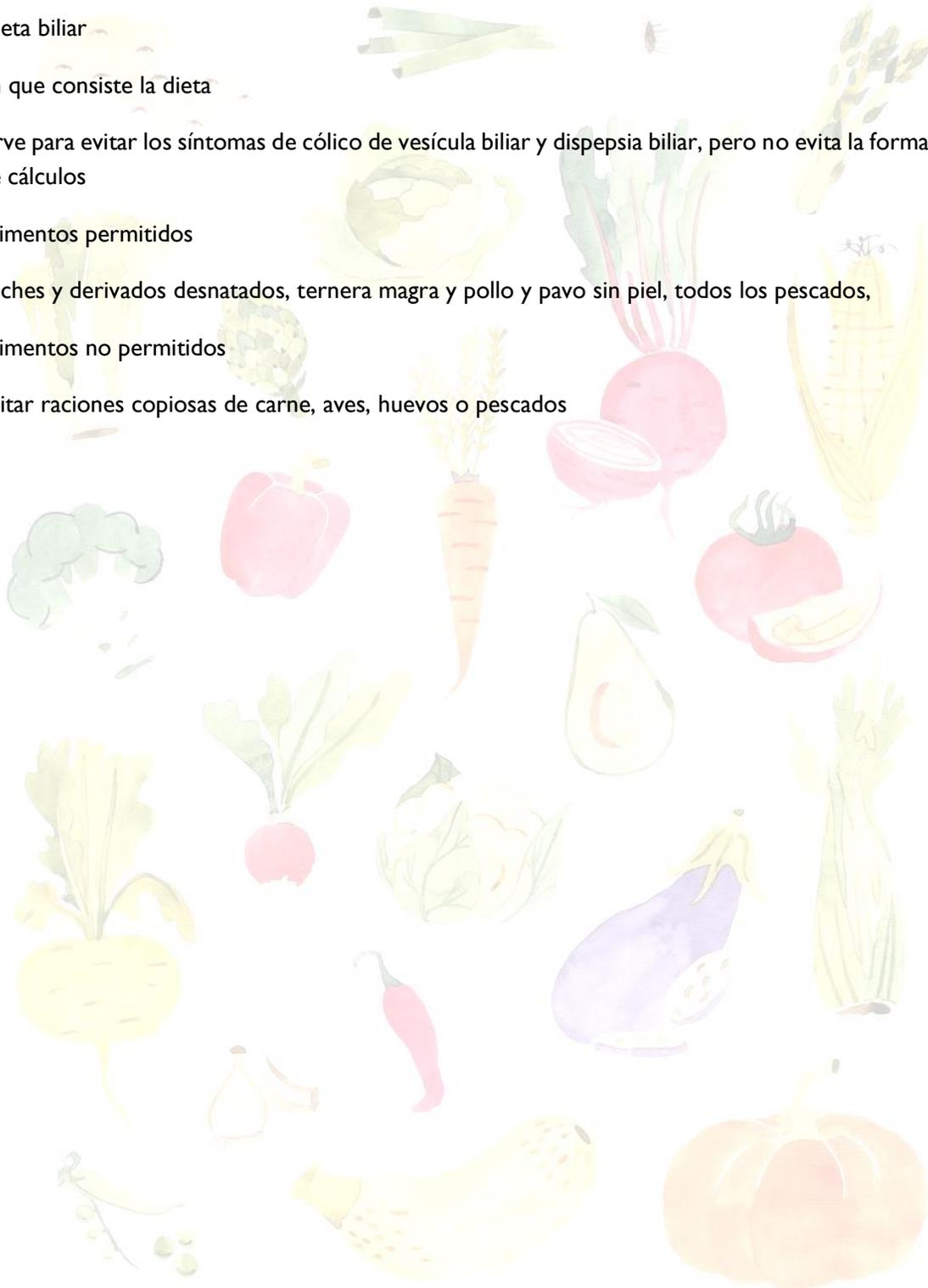
Sirve para evitar los síntomas de cólico de vesícula biliar y dispepsia biliar, pero no evita la formación de cálculos

Alimentos permitidos

Leches y derivados desnatados, ternera magra y pollo y pavo sin piel, todos los pescados,

Alimentos no permitidos

Evitar raciones copiosas de carne, aves, huevos o pescados





## 4. ENFERMEDADES PANCREATICAS



## **CANCER DE PANCREAS**

*Dieta enteral*

**EN QUE CONSISTE LA DIETA**

La nutrición enteral (N.E.) 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**

- frutas
- verduras
- grasas saludables
- granos enteros

*alimentos no permitidos*

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

## **DIABETES GESTACIONAL**

- **DIETA DE LA DIABETES GESTACIONAL**

Dieta Baja en Hidratos de carbono: La monitorización de la glucosa, la A1C, los niveles de lípidos, la presión arterial, el peso y la calidad de vida, es esencial para la evaluación del éxito de las recomendaciones relacionadas con la nutrición. Si no se cumplen los objetivos deseados del TNM, se deben recomendar cambios en el cuidado y el control globales de la diabetes (ADbA, 2008).

*En que consiste la dieta*

No existe una dieta o un plan de comidas específico que mencione para todos. Se caracteriza esta dieta por que el contenido de hidratos de carbono se modifica reduciéndolos a los requerimientos mínimos, apartando su mayor proporción los hidratos de carbono denominados complejos. Esta dieta es alta en fibra dietética, la que contribuye a saciar más rápidamente el apetito y disminuir la glucosa en sangre, así como los triglicéridos (control metabólico)

*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

### RECOMENDACIONES

#### *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 I

*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*

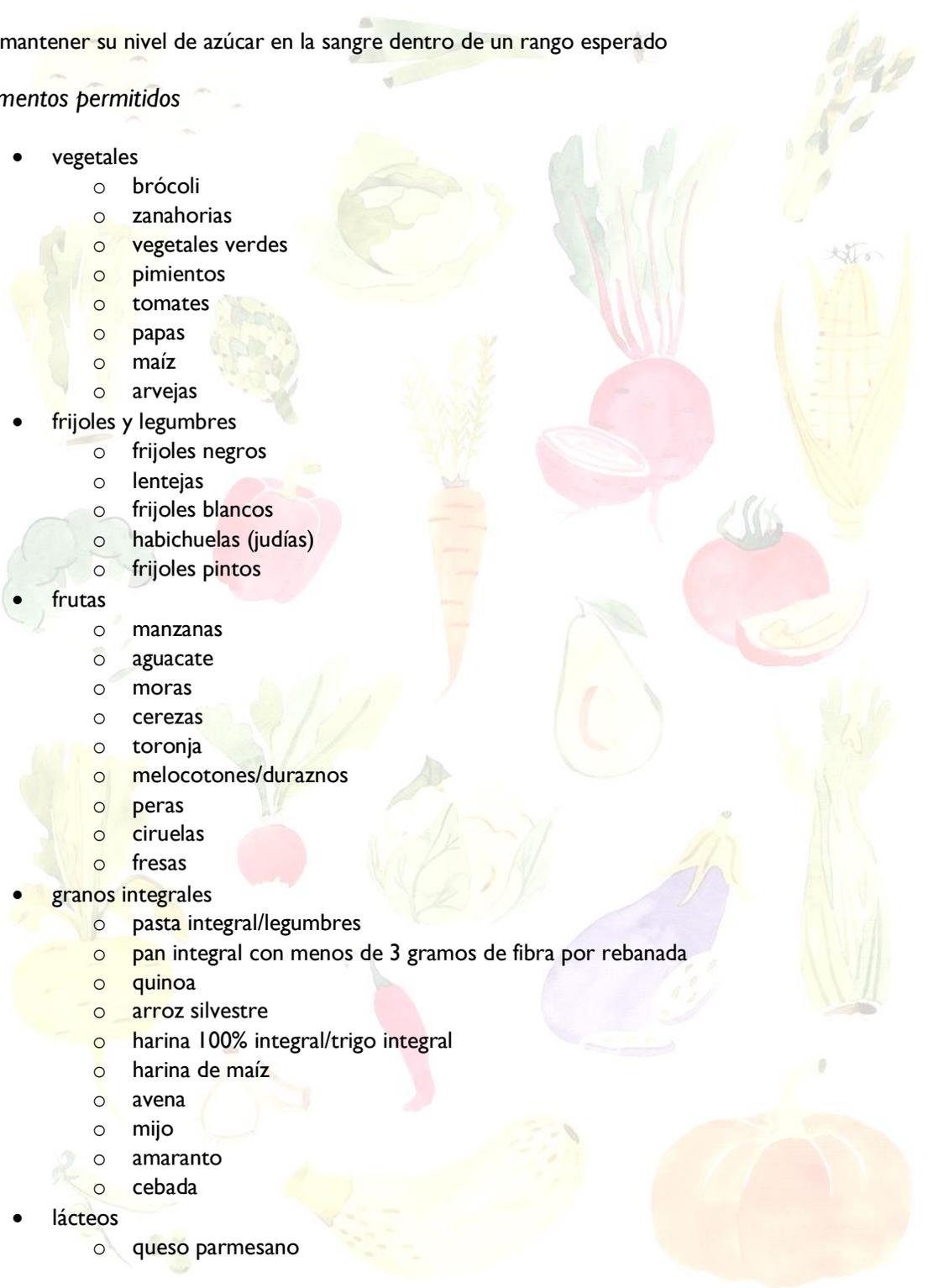
- alimentos fritos
- grasas saturadas
- grasas trans
- mucha sal
- dulces
- productos horneados
- dulces y horneados
- bebidas azucaradas
  - jugos
  - gaseosas
  - bebidas regulares para deporte o energéticas

## **DIABETES MELLITUS II**

*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
- 

# **HIPERTENSION ARTERIAL**

*NOMBRE DE LA DIETA*

**DIETA HIPOSÓDICA**

*EN QUE CONSISTE LA DIETA*

Es una dieta que controla la ingestión de sodio (Na) para mantener el estado de hidrato a fin de impedir la retención de líquidos.

*ALIMENTOS PERMITIDOS*

Dentro de los alimentos permitidos en esta patología son aquellos bajos en sal, Frutas y verduras, aceite de oliva, pan y biscotes sin sal, azúcar, miel, mermelada y pastelería casera, leche, yogurt, cuajada, requesón, agua sin gaseosa.

*ALIMENTOS PROHIBIDOS*

Agua mineral con gas, sal de cocina, preparados comerciales como sopas de sobre, purés de patata instantáneos, caldo de cubitos, conservas en general, frutos secos salados, carnes y pescados ahumados, salados, charcutería en general, incluido jamón.

## **EPOC**

*NOMBRE DE LA DIETA*

**Dieta baja en Hidratos de Carbono**

*EN QUE CONSISTE LA DIETA*

La alimentación baja en hidratos de carbono es una herramienta útil para el tratamiento de diferentes patologías como enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC), diabetes mellitus (DM) y epilepsia. Se caracteriza por que el contenido de hidratos de carbono se modifica reduciéndolos a los requerimientos mínimos apartando en su mayor porción los hidratos de carbono denominados complejos. Esta dieta es alta en fibra dietética, la que contribuye a saciar más rápidamente el apetito y disminuir la glucosa en sangre, así como los triglicéridos.

## ALIMENTOS PERMITIDOS

Una dieta baja en carbohidratos se centra en las proteínas y en algunas y en algunas verduras sin almidón. Una dieta baja en carbohidratos generalmente son proteínas como carnes, pescado y huevos, frutas como el melón, sandía, papaya, aguacate, ciruela, frambuesa y fresas y dentro de los aceites como lo son aceite de girasol y de oliva.

## ALIMENTOS PROHIBIDOS

Los carbohidratos refinados, como el azúcar o la harina blanca, a menudo se agregan a los alimentos procesados. Los ejemplos de alimentos con carbohidratos refinados son panes y pastas de harina blanca, galletas, pasteles, dulces y refrescos y bebidas con azúcar.

## EVC

### NOMBRE DE LA DIETA

**Dieta blanda**

### EN QUE CONSISTE LA DIETA

La dieta blanda aunque no modifica la consistencia de los alimentos incluye alimentos preparados con muy pocas grasas o aceites especias y condimentos.

## ALIMENTOS PERMITIDOS

Pescados y mariscos, semillas de chía, salmón, semillas de lino, yemas de huevo, en la dieta blanda los alimentos deben estar preparados a la plancha, hervidos, estofados, asados o al horno, con la mínima cantidad de grasa o aceite.

## ALIMENTOS PROHIBIDOS

Evitar las grasas saturadas y el azúcar refinado. Si se acostumbra a tomar café, sea normal o descafeinado, debe ingerirse con moderación y de preferencia más diluido de lo normal, bebidas alcohólicas deben restringirse.

## **HIPERTIROIDISMO**

### *NOMBRE DE LA DIETA*

#### **Dieta Hipoenergética**

### *EN QUE CONSISTE LA DIETA*

La dieta hipo energética o hipocalórica es aquella a la que se le realiza una reducción energética del requerimiento basal del individuo de 500 a 1000 kcal diarias y por lo tanto también en los porcentajes de macronutrientes.

### *ALIMENTOS PERMITIDOS*

Lácteos: Leche descremada, yogurt light

Alimentos de origen animal: Pollo, res, ternera, pescado, cerdo, clara de huevo, jamon de pavo, pechuga de pavo, pata de res, queso panela.

Frutas: todas

Verduras: todas

Leguminosas: Frijol, lenteja, haba, garbanzo, soya, alubia, alverjón

Cereales y tubérculos: Arroz, avena, bolillo, tortilla y pan de caja integrales.

### *ALIMENTOS PROHIBIDOS*

Yogur y leche entera, parte grasa de la carne y la piel embutidos (chorizo, longaniza, salami), vísceras, en almíbar , jugos de frutas, debido a que en el proceso se pierde la fibra., tocino, longaniza, chorizo, manteca, mayonesa , margarinas, mantequilla , crema, hígado o cualquier víscera, de res o cerdo, todo tipo de botanas industrializadas(papas y chicharrones). Azúcares y refrescos y jugos, bebidas alcohólicas

## **HIPOTIROIDISMO**

Tiene que ser una dieta rica en yodo para que llegue a activar la producción de hormonas tiroideas, además sería aconsejable consumir alimentos que aportan vitaminas A, B2, B3, B6 como son el huevo, el plátano, las almendras, los berros, el pepino, los guisantes y las hierbas

Los alimentos permitidos en esta patología son:

- Vegetales: ajo, tomates, espinacas, habas, guisantes.
- Cereales y legumbres: maíz, girasol, lentejas, guisantes, habas, avena.
- Frutas y frutos secos: mango, manzana, dátiles, coco, fresas, albaricoque, nueces del Brasil, piña, avellana, pistachos, anacardos.
- Hierbas aromáticas y especias: hisopo, hinojo, hiedra terrestre, canela, ginseng, albahaca.
- Mariscos.
- Sal yoyada

Los alimentos prohibidos en esta patología son:

- Ultra procesados.
- Alimentos refinado
- Refrescos.
- Sal no yodada.
- Algas.
- Gluten, si el hipotiroidismo es de origen autoinmune.
- Goitrégenos

## **SINDROME DE CUSHING**

### **Dieta Hipoenérgica**

#### *EN QUE CONSISTE LA DIETA*

La dieta hipo energética o hipocalórica es aquella a la que se le realiza una reducción energética del requerimiento basal del individuo de 500 a 1000 kcal diarias y por lo tanto también en los porcentajes de macronutrientes.

## ALIMENTOS PERMITIDOS

Lácteos: Leche descremada, yogurt light

Alimentos de origen animal: Pollo, res, ternera, pescado, cerdo, clara de huevo, jamon de pavo, pechuga de pavo, pata de res, queso panela.

Frutas: todas

Verduras: todas

Leguminosas: Frijol, lenteja, haba, garbanzo, soya, alubia, alverjón

Cereales y tubérculos: Arroz, avena, bolillo, tortilla y pan de caja integrales.

## ALIMENTOS PROHIBIDOS

Yogur y leche entera, parte grasa de la carne y la piel embutidos (chorizo, longaniza, salami), vísceras, en almíbar , jugos de frutas, debido a que en el proceso se pierde la fibra., tocino, longaniza, chorizo, manteca, mayonesa , margarinas, mantequilla , crema, hígado o cualquier víscera, de res o cerdo, todo tipo de botanas industrializadas(papas y chicharrones). Azúcares y refrescos y jugos, bebidas alcohólicas.

## ERGE

NOMBRE DE LA DIETA

**Dieta blanda**

EN QUE CONSISTE LA DIETA

La dieta blanda aunque no modifica la consistencia de los alimentos incluye alimentos preparados con muy pocas grasas o aceites especias y condimentos.

Además, limita o elimina el café, el café descafeinado y las bebidas alcohólicas, es decir todas aquellas que son irritantes de la mucosa gástrica o estimulantes de la secreción de ácido.

## ALIMENTOS PERMITIDOS

En la dieta blanda los alimentos deben estar preparados a la plancha, hervidos, estofados, asados o al horno , con la mínima cantidad de grasa o aceite. Las especias y condimentos se deben utilizar, con discreción, según la tolerancia del paciente.

## ALIMENTOS PROHIBIDOS

Alimentos picosos como chiles, pimienta negra, menta, pimentón, curry, y las especias concentradas, cafeína, bebidas alcohólicas y bebidas que contengan cafeína como la cocoa.

## GASTRITRITIS

### NOMBRE DE LA DIETA

**Dieta blanda**

### EN QUE CONSISTE LA DIETA

La dieta blanda aunque no modifica la consistencia de los alimentos incluye alimentos preparados con muy pocas grasas o aceites especias y condimentos.

Además, limita o elimina el café, el café descafeinado y las bebidas alcohólicas, es decir todas aquellas que son irritantes de la mucosa gástrica o estimulantes de la secreción de ácido.

## ALIMENTOS PERMITIDOS

En la dieta blanda los alimentos deben estar preparados a la plancha, hervidos, estofados, asados o al horno , con la mínima cantidad de grasa o aceite. Las especias y condimentos se deben utilizar, con discreción, según la tolerancia del paciente.

## ALIMENTOS PROHIBIDOS

Alimentos picosos como chiles, pimienta negra, menta, pimentón, curry, y las especias concentradas, cafeína, bebidas alcohólicas y bebidas que contengan cafeína como la cocoa.

## **ESOFAGO DE BARRETE**

### *NOMBRE DE LA DIETA*

**Dieta Suave**

### *EN QUE CONSISTE LA DIETA*

La dieta suave provee una alimentación completa con alimentos sólidos de consistencia suave, por ejemplo plátano, mango, tortillas etc. Se utiliza con pacientes con cirugías de cabeza y cuello, con problemas de deglución, que no requieren de dietas picadas o en puré, también se emplea en personas con varices esofágicas

### *ALIMENTOS PERMITIDOS*

En la dieta suave se puede incluir los alimentos de una dieta normal preparadas de manera que su consistencia sea suave, las verduras y frutas al horno, hervidas o al vapor, y en algunos casos sin cascara, las carnes de res y puerco molidos y el pescado y el pollo son muy útiles para la consistencia.

### *ALIMENTOS PROHIBIDOS*

Alimentos picosos como chiles, pimienta negra, menta, pimentón, curry, y las especias concentradas, cafeína, bebidas alcohólicas y bebidas que contengan cafeína como la cocoa ya que suelen ser irritantes así como también alimentos que presentan orills cortantes, como papas fritas, cacahuates, tostadas y bolillo.

## **SINDROME DE INTESTINO CORTO**

Es posible que algunas personas necesiten alimentarse por vía intravenosa (nutrición parenteral) o por sonda de alimentación (nutrición enteral) en la cual debr de ser mixta y consiste en cuando se utiliza para cubrir parcialmente las necesidades nutrimentales, ya que el resto se consume por vía oral o parenteral (p. ej., si después de 7-10 días el sujeto consume menos de 50% de sus requerimientos diarios y ya se han intentado todas las medidas posibles para mejorar su ingesta oral).

Los alimentos permitidos en esta patología son:

- Alto contenido en proteína como
- Pescado
- Las aves (pollo, pavo)
- Carne (res, ternera y cordero)
- Huevos
- Tofu
- Productos lácteos (leche, queso)
- Mantequilla de maní cremosa y otras mantequillas de frutos secos, como mantequilla de almendra.
- Carbohidratos complejos refinados o bajos en fibra como
- Pan blanco
- Cereales como Rice Krispies y copos de maíz
- Papas sin piel
- Arroz blanco
- Pasta

Los alimentos prohibidos en esta patología son:

- Panes de trigo integral, galletas, cereales y otros productos
- Salvado de trigo
- frutos secos enteros, semillas y coco
- Piel, cáscara y semillas de frutas
- Frutas secas, cebolla, coliflor, brócoli, repollo, col de Bruselas
- Legumbres, como lentejas, garbanzos, frijoles de lima y frijoles
- Maíz, col rizada

## **DIVERTICULOS**

**Dieta Modificada en Residuos o Fibra**

*EN QUE CONSISTE LA DIETA*

La dieta baja en residuos debe componerse de alimentos que dejen un mínimo de material sin digerir en el tubo digestivo y baja en fibras por lo tanto en esta dieta se reduce la cantidad de volumen fecal que pase a través del intestino grueso. Es una dieta incompleta por que debe vigilarse el tiempo y evolucionar hacia una dieta normal.

### *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



# CÁNCER



## **LUPUS**

Dieta Mediterránea, esta dieta representa mucho más que una simple pauta nutricional, rica y saludable, ya que es un estilo de vida equilibrado que recoge recetas, formas de cocinar, celebraciones, costumbres, productos típicos y actividades humanas diversas, igual es una dieta antiinflamatoria.

Los alimentos permitidos en esta patología son:

- leche enriquecida, yema del huevo, hígado, pescado azul y aceites de hígados de pescado.
- Verduras de hoja verde, perejil, legumbres y frutos secos.
- aceite de linaza, aceite de soja, nueces y pescado azul.

Los alimentos prohibidos en esta patología son:

- Carnes embutidas.
- Quesos maduros.
- Alimentos en conserva.
- Cremas o sopas de sobre.
- Salsas industriales y de soja.
- Alimentos altamente procesados.
- Alfalfa

## **CÁNCER DE MAMA**

### **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.

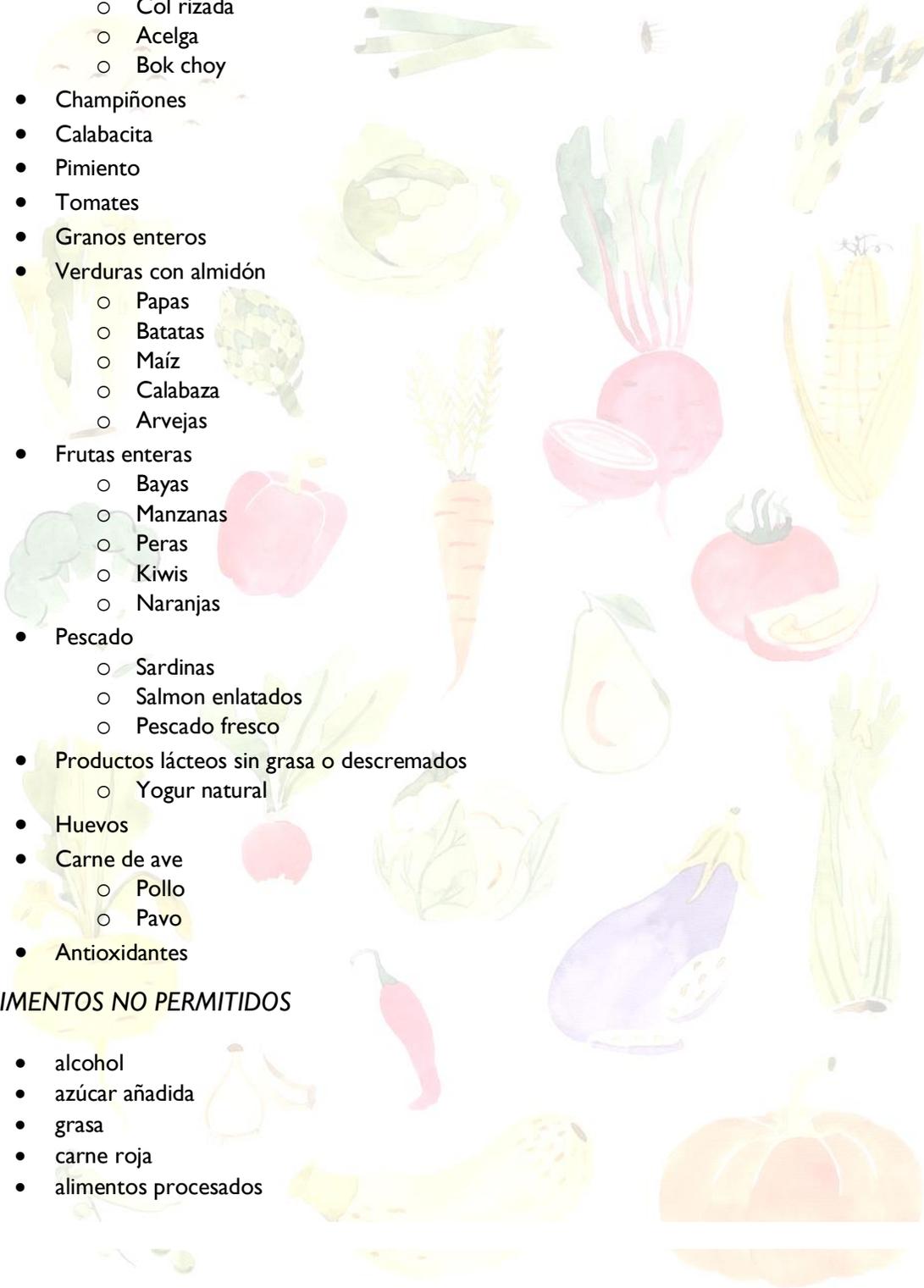
### **ALIMENTOS PERMITIDOS**

- Brocoli
- 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
  - Sardinias
  - 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



## **CANCER DE 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

- Acido fólico
- Vitamina c
- Vitamina a o betacarotenos

Alimentos no permitidos

- Col rizada
- Arándanos
- Semilla de chía
- Linaza
- Cúrcuma
- Vitamina e
- Folato
- Indol-3-carbinol

## **CANCER DE PROSTATA**

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

**CANCER TESTICULAR**

*Nombre de la dieta*

*En que consiste la dieta*

*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

## **VIH**

*Nombre de la dieta*

*Dietoterapia/ Dieta Hiperproteica*

### **EN QUE CONSISTE LA DIETA**

Consume una variedad de alimentos de los cinco grupos de alimentos: frutas, verduras, granos, proteínas y productos lácteos. Se indica en pacientes que se encuentran en hipercatabolismo (autoconsumo), por lo que los requerimientos de proteína se requieren en cantidades mayores, es necesario que durante la administración de esta dieta se cuide la función renal. Se recomienda en pacientes con sepsis, desnutrición proteica, VIH, estados hipercatabolicas.

### **ALIMENTOS PERMITIDOS**

Frutas, verduras, granos, proteínas y productos lácteos. Se recomienda comer leche entera, descremada, y yogurt, res, pollo, pescado, marisco, huevo, jamón de pavo y todo tipo de quesos, frutas y verduras, arroz, avena, tapioca, bolillo, tortilla y pan de caja, pan dulce, papa, camote, lenteja, haba, alverjón, soya, frijol, girasol, oliva, soya, canola, aceitunas, chía, linaza, aguacate, azúcar, miel, mermeladas, cajeta.

### **ALIMENTOS NO PERMITIDOS**

Se prohíbe comer tocino, longaniza, chorizo, mayonesa, margarinas, mantequilla, botanas industrializadas (papas, chicharrones, etc). Las drogas y el alcohol pueden debilitar el sistema inmunitario

## **COVID**

**NOMBRE DE LA DIETA**

Dieta Normal

### **EN QUE CONSISTE LA DIETA**

El plan de alimentación normal alude a la dieta correcta sin ninguna modificación en la preparación, y se refiere al conjunto de alimentos y platillos que se consumen a diario. Indicaciones: Se utiliza tanto en las personas sanas, como en las personas enfermas que por su patología no requieran ninguna modificación a su dieta. La alimentación normal se considera la base para modificar la

alimentación baja en sodio (antes de agregar sal a la comida), con alto contenido de fibra (al elegir frutas, verduras, cereales integrales y leguminosas en su preparación), y así sucesivamente.

#### *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

## **OBESIDAD**

### **NOMBRE DE LA DIETA**

Dieta Hipoenergética

### **EN QUE CONSISTE LA DIETA**

La dieta hipo energética o hipocalórica es aquella a la que se le realiza una reducción energética del requerimiento basal del individuo de 500 a 1000 kcal diarias y por lo tanto también en los porcentajes de macronutrientes.

### **ALIMENTOS PERMITIDOS**

- Lácteos: Leche descremada, yogurt light
- Alimentos de origen animal: Pollo, res, ternera, pescado, cerdo, clara de huevo, jamon de pavo, pechuga de pavo, pata de res, queso panela.
- Frutas: todas

- Verduras: todas
- Leguminosas: Frijol, lenteja, haba, garbanzo, soya, alubia, alverjón
- Cereales y tubérculos: Arroz, avena, bolillo, tortilla y pan de caja integrales.

### ALIMENTOS PROHIBIDOS

Yogur y leche entera, parte grasa de la carne y la piel embutidos (chorizo, longaniza, salami), vísceras, en almíbar , jugos de frutas, debido a que en el proceso se pierde la fibra., tocino, longaniza, chorizo, manteca, mayonesa , margarinas, mantequilla , crema, hígado o cualquier víscera, de res o cerdo, todo tipo de botanas industrializadas(papas y chicharrones). Azúcares y refrescos y jugos, bebidas alcohólicas.

### DISLIPIDEMIAS

#### NOMBRE DE LA DIETA

Dieta Hipo lipídica

#### EN QUE CONSISTE LA DIETA

La dieta hipo lipídica está relacionada con varias patologías y además en situaciones preventivas que responden en general a un tratamiento vinculado entre si, en la cual se deben cuidar los siguientes aspectos:

- Baja en colesterol < 200 mg
- Baja en grasas saturadas

#### ALIMENTOS PERMITIDOS

- aceite de oliva
- pasta
  - macarrones
  - espagueti
  - arroz
- carne magra
- pescado
- fruta
  - manzana
  - pera
  - sandia
    - en dado caso reemplazar por los siguientes

- plátano
- melón
- uva
- fruta en almíbar
  - retirando el caldo
- lácteos desnatados
  - leche
  - yogur

### ALIMENTOS NO PERMITIDOS

- tomate
  - fresco
- frutos secos
- chocolate
- uva
- plátanos
- frutos cítricos
- salazones

## CETOACIDOSIS DIABETICA

*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

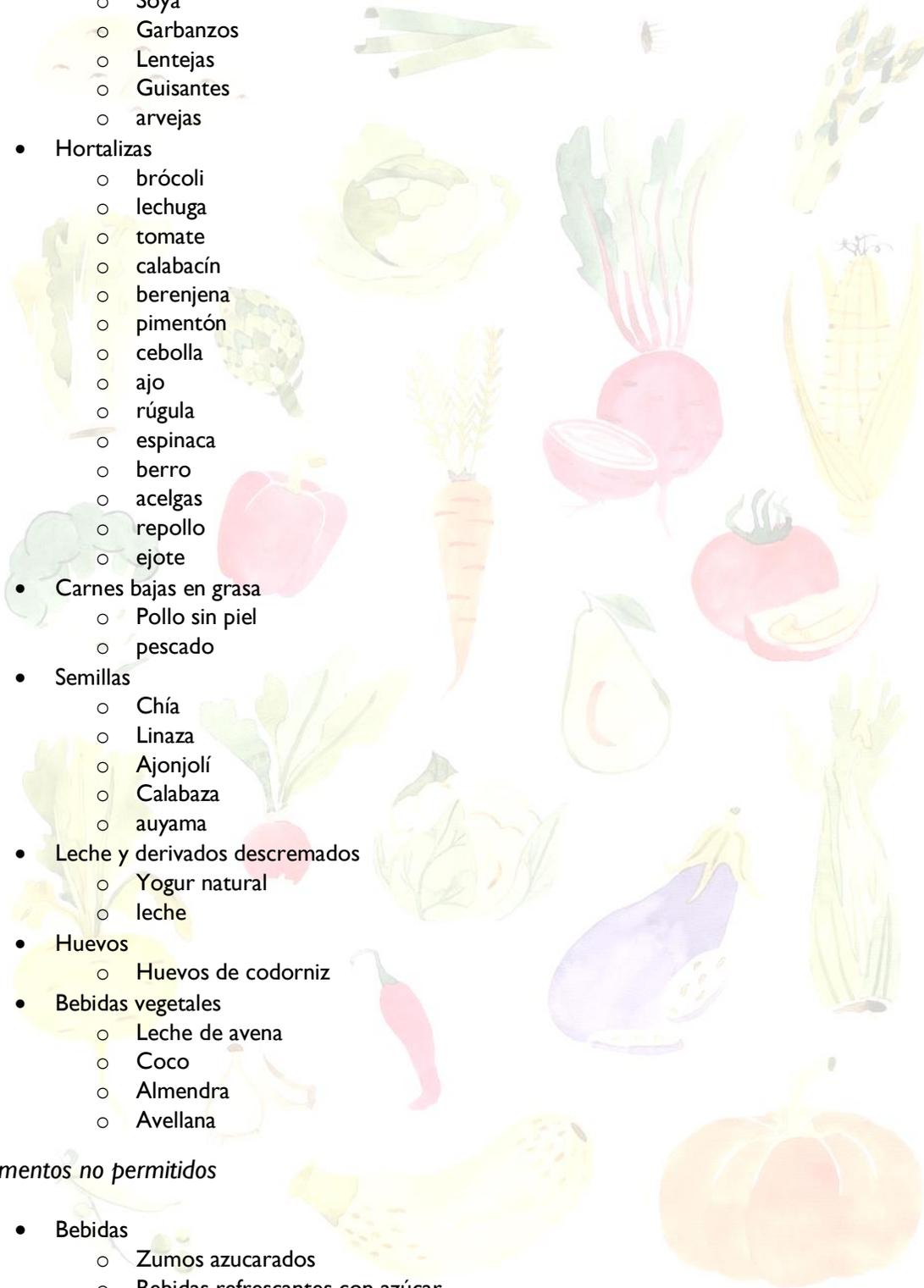
- Leche y derivados descremados
  - Yogur natural
  - leche

- Huevos
  - Huevos de codorniz

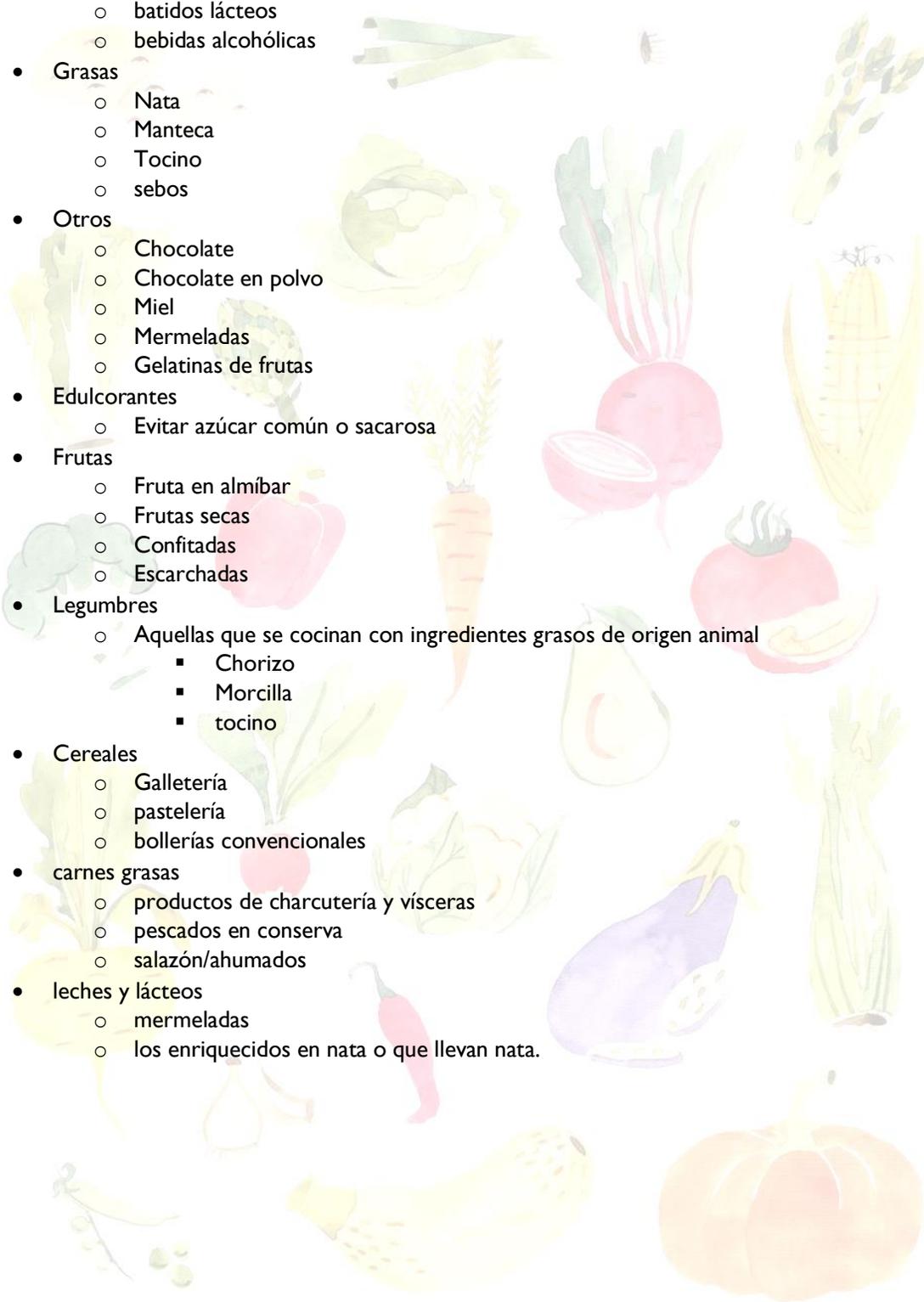
- Bebidas vegetales
  - Leche de avena
  - Coco
  - Almendra
  - Avellana

### *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.





# CONCLUSIÓN



## **CONCLUSIÓN**

Es de suma importancia que se fomente la educación nutricional ya que puede modificar los hábitos alimentarios, cada individuo adquiere sus hábitos gracias a la enseñanza paciente y sistemática de los adultos que lo educaron, y también por medio de las personas ajenas al hogar, con quienes se relacionó. Esta educación alimentaria debe cumplir una función social, una sociedad mal nutrida no puede bastarse a sí misma, por lo mismo es más propensa a enfermedades y su rendimiento mental también se afecta. Si no se logran modificar los hábitos de alimentación y el estilo de vida, los adultos irán hacia un camino de vejez con mala calidad de vida, y niños y jóvenes hacia una reducción en la esperanza de vida.

No se puede olvidar que los hábitos alimentarios no son estáticos, pueden cambiar con nuevos enfoques y significados que adquiere el alimento, por ello se debe de fomentar la educación nutricional sin “satanizar los alimentos”, contar con bases sólidas del proceso patológico de las enfermedades más comunes, para fundamentar las intervenciones nutricionales a través de identificar los indicadores clínicos y bioquímicos necesarios, para evaluar el estado nutricional y planear el tratamiento dieto terapéutico adecuado acorde al paciente.

En definitiva, es educar la palabra que con tanta facilidad se utiliza como la única solución de los problemas, pero que no siempre se lleva a la práctica por las exigencias y requerimientos que el proceso demanda. Los buenos hábitos alimentarios de una población tienen su origen en las pautas educativas recibidas, de manera más o menos consciente, en el medio familiar desde los primeros años de la vida y moduladas a lo largo de la misma por el conjunto de toda la sociedad.





# BIBLIOGRAFÍA



## **BIBLIOGRAFÍA**

1. Antología dada por la instrucción
2. García, G. (2020, June 2). Educación nutricional, fundamental para una salud óptima - The Food Tech. The Food Tech. <https://thefoodtech.com/nutricion-y-salud/educacion-nutricional-fundamental-para-una-salud-optima/#:~:text=El%20objetivo%20general%20de%20la,nutritiva%20para%20todas%20las%20edades.>
3. Angina Estable e Inestable | Concise Medical Knowledge. (2022, June 15). Lectorio. <https://www.lectorio.com/es/concepts/angina-estable-e-inestable/>
4. Santhakumar, S. (2021, September 13). *Angina inestable: Definición, síntomas, causas, tratamiento y más.* Medicalnewstoday.com; Medical News Today. <https://www.medicalnewstoday.com/articles/es/angina-inestable#resumen>
5. *Web de la salud.* (2021). Saludemia.com. <https://www.saludemia.com/-/enfermedad-angina-pecho-y-dieta>
6. *Dieta para la enfermedad coronaria - infarto y angina de pecho - Fundación Española del Corazón.* (2022). Fundaciondelcorazon.com. <https://fundaciondelcorazon.com/nutricion/dieta/1244-dieta-para-la-enfermedad-coronaria.html>
7. *Colectomía. Tratamiento del Intestino Grueso (Colon).* Clínica Universidad de Navarra. (2022). Wwww.cun.es. <https://www.cun.es/enfermedades-tratamientos/tratamientos/colectomia>
8. *Diccionario de cáncer del NCI.* (2022). Instituto Nacional Del Cáncer; Cancer.gov. <https://www.cancer.gov/espanol/publicaciones/diccionarios/diccionario-cancer/def/colectomia>
9. *Alimentación, dieta y nutrición para las piedras en los riñones.* (2022, agosto 18). 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/enfermedades-urologicas/piedras-rinones/alimentos-dietas-nutricion>
10. *Alimentación en el paciente con cáncer de riñón Parte II.* (s/f). Nutriren. Recuperado el 30 de diciembre de 2022, de <https://cemer.mx/nutriren/alimentacion-en-el-paciente-con-cancer-de-rinon-parte-ii/>

11. del Pozo, P. P. (2014, marzo 24). *Sobrepeso y obesidad: dieta recomendada*. Alimenta tu bienestar. <https://www.alimentatubienestar.es/sobrepeso-y-obesidad/>
12. *Dieta blanda*. (s/f). Medlineplus.gov. Recuperado el 31 de diciembre de 2022, de <https://medlineplus.gov/spanish/ency/patientinstructions/000068.htm>
13. *Dieta para diabéticos*. (2003). *Diabetes Mellitus*. <https://medlineplus.gov/spanish/diabeticdiet.html>
14. *Dieta para el sobrepeso*. (s/f). Fundación Española del Corazón. Recuperado el 31 de diciembre de 2022, de <https://fundaciondelcorazon.com/nutricion/dieta/1350-dieta-sobrepeso.html>
15. *Dieta para la enfermedad hepática*. (s/f). Medlineplus.gov. Recuperado el 31 de diciembre de 2022, de <https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/002441.htm>
16. *Dieta para la enfermedad renal crónica*. (s/f). Medlineplus.gov. Recuperado el 31 de diciembre de 2022, de <https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/002442.htm>
17. *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>
18. Fletcher, J. (2022, abril 17). *Diabetes tipo 2: Qué comer y qué alimentos evitar*. Medicalnewstoday.com. <https://www.medicalnewstoday.com/articles/es/lista-de-alimentos-para-la-diabetes-tipo-2>
19. Gómez Ayala, A.-E. (2011). Colectomía. Secuelas nutricionales. *Farmacia profesional (Internet)*, 25(1), 43–47. <http://elsevier.es/es-revista-farmacia-profesional-3-articulo-colectomia-secuelas-nutricionales-X0213932411909446>

20. Hepatitis: pautas para una buena alimentación. (2017, julio 28). *Marca*.  
<https://cuidateplus.marca.com/alimentacion/nutricion/2017/07/28/hepatitis-pautas-buena-alimentacion-l43834.html>
21. 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-l40993.html>
22. 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](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112005000500008)
23. *No title*. (s/f). [seguroscatalanaoccidente.com](http://seguroscatalanaoccidente.com). Recuperado el 31 de diciembre de 2022, de  
<https://www.seguroscatalanaoccidente.com/canal/nutricion/post/importancia-dieta-obesidad>
24. *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>
25. 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)

26. (S/f-a). Recuperado el 31 de diciembre de 2022, de <http://chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://institutomartirague.com/areadoc/Dieta%20postoperatorio%20cirugia%20colorrectal.pdf>
27. (S/f-b). Recuperado el 31 de diciembre de 2022, de [http://chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://www.osakidetza.euskadi.eus/contenidos/informacion/hd\\_publicaciones/es\\_hdon/adjuntos/Guia\\_Alimentacion\\_Insuficiencia\\_Renal\\_C.pdf](http://chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://www.osakidetza.euskadi.eus/contenidos/informacion/hd_publicaciones/es_hdon/adjuntos/Guia_Alimentacion_Insuficiencia_Renal_C.pdf)
28. (S/f-c). Recuperado el 31 de diciembre de 2022, de [http://file:///C:/Users/UsWin/Downloads/recomendaciones\\_nutricionales\\_ante\\_resecciones\\_de\\_intestino\\_delgado\\_e\\_ilestomia%20\(1\).pdf](http://file:///C:/Users/UsWin/Downloads/recomendaciones_nutricionales_ante_resecciones_de_intestino_delgado_e_ilestomia%20(1).pdf)
29. (S/f-d). Drugs.com. Recuperado el 31 de diciembre de 2022, de [https://www.drugs.com/cg\\_esp/dieta-para-despu%C3%A9s-de-una-colectom%C3%ADa.html](https://www.drugs.com/cg_esp/dieta-para-despu%C3%A9s-de-una-colectom%C3%ADa.html)
30. (S/f-e). Recuperado el 31 de diciembre de 2022, de <http://chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://revistanutricionclinicametabolismo.org/public/site/Revision-Osuna.pdf>
31. <https://www.facebook.com/Drugscom>. (2022). *Dieta Para Después De Una Colectomía*. Drugs.com; Drugs.com. [https://www.drugs.com/cg\\_esp/dieta-para-despu%C3%A9s-de-una-colectom%C3%ADa.html#:~:text=Frutas%20y%20verduras%3A,Papas%20sin%20c%C3%A1scara](https://www.drugs.com/cg_esp/dieta-para-despu%C3%A9s-de-una-colectom%C3%ADa.html#:~:text=Frutas%20y%20verduras%3A,Papas%20sin%20c%C3%A1scara)
32. Riobó, P., Vilar, S., Burgos, R., & Sanz, A. (2022). Manejo de la colectomía. *Nutrición Hospitalaria*, 22, 135–144. [https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0212-16112007000500015](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112007000500015)

33. <https://www.facebook.com/Drugscom>. (2022). *Dieta Para Después De Una Colectomía*. Drugs.com; Drugs.com. [https://www.drugs.com/cg\\_esp/dieta-para-despu%C3%A9s-de-una-colectom%C3%ADa.html#:~:text=Frutas%20y%20verduras%3A,Papas%20sin%20c%C3%A1scara](https://www.drugs.com/cg_esp/dieta-para-despu%C3%A9s-de-una-colectom%C3%ADa.html#:~:text=Frutas%20y%20verduras%3A,Papas%20sin%20c%C3%A1scara)
34. *Hemicolectomía derecha*. (2016). Mayo Clinic. <https://www.mayoclinic.org/es-es/tests-procedures/colectomy/multimedia/right-hemicolectomy/img-20007591#:~:text=El%20procedimiento%20de%20colectom%C3%ADa%20que,la%20parte%20remanente%20del%20colon>.
35. <https://www.facebook.com/Drugscom>. (2022). *Dieta Para Después De Una Colectomía*. Drugs.com; Drugs.com. [https://www.drugs.com/cg\\_esp/dieta-para-despu%C3%A9s-de-una-colectom%C3%ADa.html](https://www.drugs.com/cg_esp/dieta-para-despu%C3%A9s-de-una-colectom%C3%ADa.html)
36. *Nutrición y cáncer de mama: cómo llevar una dieta saludable*. (2022). Memorial Sloan Kettering Cancer Center. <https://www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/nutrition-and-breast-making-healthy-diet-decisions>
37. *COLECTOMÍA DERECHA Dra. Consuelo Valdés Rubilar Residente 3er año Cirugía General*. (n.d.). <https://cirugiasanborja.cl/wp-content/uploads/2020/05/Colectom%C3%ADa-Derecha-.pdf>
38. *Sigmoidectomía*. (2022). Reduc. <https://www.ucchristus.cl/blog-salud-uc/abc-de-la-salud/s/sigmoidectomia>
39. *Alimentación y patologías*. (2022). Mutuaterrassa.com. <https://mutuaterrassa.com/blogs/es/endocrinologia/alimentacion-patologias>
40. NIVERSIDAD JUÁREZ AUTÓNOMA DE TABASCO DIVISIÓN ACADÉMICA DE CIENCIAS DE LA SALUD LICENCIATURA EN NUTRICIÓN. (n.d.). [https://archivos.ujat.mx/DACS/nutricion/estructura\\_curricular/area\\_deformacion\\_integral-profesional/PATOLOGIA%20DE%20LA%20NUT%20I.pdf](https://archivos.ujat.mx/DACS/nutricion/estructura_curricular/area_deformacion_integral-profesional/PATOLOGIA%20DE%20LA%20NUT%20I.pdf)
41. García, G. (2020, June 2). *Educación nutricional, fundamental para una salud óptima - The Food Tech*. The Food Tech. <https://thefoodtech.com/nutricion-y->

salud/educacion-nutricional-fundamental-para-una-salud-  
optima/#:~:text=El%20objetivo%20general%20de%20la,nutritiva%20para%20todas%  
20las%20edades.

42. *¿Qué es una ileostomía?* (2019). Cancer.org.  
<https://www.cancer.org/es/tratamiento/tratamientos-y-efectos-secundarios/tipos-de-tratamiento/cirugia/ostomias/ileostomia/que-es-una-ileostomia.html>
43. *Pautas alimentarias para personas con una ileostomía.* (2021). Memorial Sloan Kettering Cancer Center. <https://www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/diet-guidelines-people-ileostomy>
44. Burger, M. (2017, mayo 30). Cáncer de hígado: alimentos que reducen el riesgo. My Liver Exam. <https://www.myliverexam.com/es/cancer-du-foie-ces-aliments-qui-nous-aident/>
45. Cardivant. (2019, septiembre 5). Alimentación cardiosaludable como prevención de patologías cardíacas. Cardivant. <https://cardivant.com/alimentacion-cardiosaludable/>
46. Conde, L. (2020, noviembre 30). Estos son los 7 peores alimentos para el riñón. La Vanguardia. <https://www.lavanguardia.com/comer/materia-prima/20201130/6062059/peores-alimentos-rinon.html>
47. del Orbe, R. (2022, agosto 29). Alimentos Prohibidos para el Cáncer de Cuello Uterino. Mindy - Psicología online. <https://www.mindy.cl/alimentos-prohibidos-para-el-cancer-de-cuello-uterino/>
48. del Vado, C., & Margarit, D. M. I. (2020, enero 11). La dieta hipocalórica más fácil y efectiva. Clara. [https://www.clara.es/belleza/cuerpo/dieta-hipocalorica\\_13897](https://www.clara.es/belleza/cuerpo/dieta-hipocalorica_13897)
49. Dieta mediterránea. (s/f). Medlineplus.gov. Recuperado el 29 de diciembre de 2022, de <https://medlineplus.gov/spanish/ency/patientinstructions/000110.htm>
50. Dieta mediterránea: características, alimentos permitidos y prohibidos. (2022, mayo 6). Actualidad Sanitaria. <https://actualidadsanitaria.com/vida-saludable/dieta-mediterranea-caracteristicas-alimentos-permitidos-y-prohibidos/>
51. 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/>
52. Gómez Ayala, A.-E. (2011). Colectomía. Secuelas nutricionales. *Farmacia profesional (Internet)*, 25(1), 43–47. <https://www.elsevier.es/es-revista-farmacia-profesional-3-articulo-colectomia-secuelas-nutricionales-X0213932411909446>
53. La dieta equilibrada. (s/f). Cun.es. Recuperado el 29 de diciembre de 2022, de <https://www.cun.es/chequeos-salud/vida-sana/nutricion/dieta-equilibrada>
54. Luis, P. (s/f). Régimen de dieta para pacientes con cáncer de cuello uterino. Papanicolau.net. Recuperado el 29 de diciembre de 2022, de <https://www.papanicolau.net/regimen-de-dieta-para-pacientes-con-cancer-de-cuello-uterino/>

55. Nutrición vegetariana. (s/f). Top Doctors. Recuperado el 29 de diciembre de 2022, de <https://www.topdoctors.es/diccionario-medico/nutricion-vegetariana>
56. Ortega, V. (2017, mayo 11). Una alimentación contra el cáncer de cuello uterino. El Espectador. <https://www.elespectador.com/cromos/estilo-de-vida/una-alimentacion-contra-el-cancer-de-cuello-uterino/>
57. Perona, M. A. S., Sánchez, M. Á., & Padial, L. R. (2017). Tratamiento de la angina estable. *Medicine*, 12(36), 2163–2173. <https://doi.org/10.1016/j.med.2017.06.012>
58. Sánchez, S. (2019, septiembre 27). La dieta que te ayuda frente al cáncer de mama y la enfermedad cardiovascular. El Confidencial. [https://www.alimente.elconfidencial.com/bienestar/2019-09-27/cancer-colon-mama-dieta-alimentacion\\_2213247/](https://www.alimente.elconfidencial.com/bienestar/2019-09-27/cancer-colon-mama-dieta-alimentacion_2213247/)
59. Seguir una dieta con bajo contenido de fibra. (s/f). Cigna.com. Recuperado el 29 de diciembre de 2022, de <https://www.cigna.com/es-us/knowledge-center/hw/seguir-una-dieta-con-bajo-contenido-de-fibra-abo1009>
60. Toniolo, G. C. (2017, noviembre 3). Qué alimentos ingerir en caso de cáncer de próstata. Top Doctors. <https://www.topdoctors.es/articulos-medicos/recomendaciones-dieteticas-en-pacientes-con-cancer-de-prostata-que-alimentos-ingerir>
61. (S/f). Drugs.com. Recuperado el 29 de diciembre de 2022, de [https://www.drugs.com/cg\\_esp/dieta-para-enfermedad-hep%C3%A1tica.html](https://www.drugs.com/cg_esp/dieta-para-enfermedad-hep%C3%A1tica.html)

